

L'intelligence émotionnelle en gestion

Description de la formation

Aujourd'hui, sur le marché du travail, on se distingue autant par nos compétences que par la qualité de nos relations interpersonnelles. C'est par la compréhension de soi et une meilleure compréhension de l'autre que nous arrivons à établir une culture de collaboration ou un climat de travail sain. Cette formation permettra aux participants de démystifier l'Intelligence émotionnelle en distinguant les deux dimensions de l'IE, personnelle et sociale, et en en découvrant la mise en pratique au travail.

Objectifs pédagogiques

1. Reconnaître les comportements et attitudes associés aux deux dimensions du concept d'intelligence émotionnelle.
2. Juger son quotient émotionnel et son impact sur ses relations interpersonnelles.
3. Améliorer ses habiletés de communication par l'affirmation de soi et l'écoute de l'autre.

Contenu

L'intelligence émotionnelle

- origine du concept de l'intelligence émotionnelle
- rôle de l'intelligence émotionnelle
- les émotions, un signal codé

La dimension personnelle

- mes motivations
- consolidation de sa conscience de soi
- meilleure maîtrise de soi
- amélioration de sa conscience sociale
- gestion plus saine du stress

La dimension sociale

- l'empathie
- l'affirmation de soi
- l'écoute

Applications dans la vie professionnelle

- donner du feedback
- faire preuve d'intelligence émotionnelle lors de situations difficiles ou délicates

Élaboration d'un plan de développement individuel

Méthodologie

- Exposé
- Travail d'équipe
- Travail individuel
- Étude de cas
- Jeu de rôle
- Auto-évaluation

Présentations et échanges (40%), jeux de rôle et mises en pratique (15%), autoévaluation (15%), exercices pratiques et analyses de cas (30%)

L'intelligence émotionnelle en gestion

Clientèle visée

Gestionnaire

Formateur(s)

Nathalie Blain

Depuis près de 25 ans, Nathalie œuvre dans le domaine du service-conseil en formation ou en gestion dans des organisations publiques, communautaires ou privées. Cette riche expérience lui a permis de gérer non seulement des projets d'envergure, mais également de prendre la direction d'un service de développement organisationnel et communications internes. Elle agit à titre de formatrice, de coach et de consultante en développement organisationnel.

Durée

2 jour(s)

Coût par participant en formation publique

877 \$

Prochaines dates en formation publique

16 et 17 septembre 2019 (Montréal)

26 et 27 novembre 2019 (Rouyn-Noranda)

20 et 21 janvier 2020 (Montréal)

4 et 5 mai 2020 (Montréal)

ÉTS FORMATION est le leader universitaire en formation continue avec plus de 7 000 participants formés annuellement et une offre de plus de 300 différentes formations. Nos formations sont pratiques et pragmatiques et affichent un taux de satisfaction supérieur à 90 %. Consultez notre programmation complète au <http://www.etsformation.ca/>