



## Intelligence émotionnelle et management

Tout responsable doit être performant dans les compétences techniques, relationnelles et intellectuelles. A cela doit s'ajouter des compétences émotionnelles car le QI ne suffit pas. Il doit développer son intelligence émotionnelle, cette compétence qui lui permettra d'avoir une forte conscience et une bonne maîtrise de lui-même, une motivation puissante, une intense empathie et des aptitudes sociales solides.

### OBJECTIFS

- Définir les 5 piliers de l'intelligence émotionnelle
- Analyser les implications pratiques à son niveau
- Sentir les états émotionnels chez l'autre
- Connaître les mesures pour développer cette intelligence
- Atteindre un équilibre entre émotions et intellect



### CONTENU

- Leadership et intelligence émotionnelle
- Conscience et confiance en soi
- Maîtrise de soi, adaptabilité et fiabilité
- Motivation, optimisme et engagement
- Empathie, compréhension de l'autre et du sens collectif
- Aptitudes sociales :
  - Collaboration
  - Communication
  - Médiation
  - Mobilisation

### METHODES

- Exposés et présentations théoriques
- Jeux de rôles avec vidéo et débriefing
- Echanges en groupe
- Quiz pour se re-connaître
- Exercices pratiques
- Support écrit

PUBLIC CIBLE : tout responsable ou collaborateur désireux de développer ses compétences émotionnelles, pour son travail et sa carrière

DUREE : 3 jours (2+1)