



FORMATION CONTINUE



INTELLIGENCE ÉMOTIONNELLE ET LEADERSHIP

Les émotions jouent un rôle clé dans la prise de décision et les relations interpersonnelles au travail. Cependant, les managers manquent parfois de compétences pour gérer leurs émotions ou celles de leurs équipes, ce qui peut affecter le leadership. Cette formation aide à développer une intelligence émotionnelle pour améliorer les interactions et renforcer l'efficacité managériale.

Informations pratiques

- Objectifs : Comprendre et gérer les émotions pour améliorer les relations et le leadership, Développer des compétences émotionnelles pour renforcer l'efficacité managériale, Utiliser l'empathie et la communication pour renforcer son influence
- Prérequis : Aucun
- Aptitudes : Identifier et gérer ses propres émotions, Appliquer des stratégies pour maîtriser les émotions négatives, Renforcer son influence et encourager les équipes
- Durée : 1 jour (7 heures)
- Délai d'accès : 72 heures
- Méthodes mobilisées : Ateliers pratiques, Études de cas, Échanges en groupe
- Modalités d'évaluation : QCM et mises en situation
- Tarif intra-entreprise : à partir de 1200 €

Compétences développées

- Bases de l'intelligence émotionnelle
- Techniques pour gérer ses émotions
- Renforcer son influence en tant que leader
- Accessibilité : locaux accessibles aux personnes à mobilité réduite. Nous vous invitons à nous faire part de vos besoins spécifiques avant le début de la formation si vous êtes en situation de handicap. Nous nous efforcerons d'y répondre au mieux.



Votre Contact



05.58.05.44.81

formation@landes.cci.fr



www.landes.cci.fr

DÉTAILS DE LA FORMATION

Programme indicatif

1- Bases de l'intelligence émotionnelle

- Comprendre le rôle des émotions dans les interactions professionnelles
- Identifier ses propres émotions et leur impact sur les autres

2- Techniques pour gérer ses émotions

- Appliquer des stratégies pour maîtriser les émotions négatives
- Cultiver une attitude positive dans des situations complexes

3- Renforcer son influence en tant que leader

- Utiliser l'empathie pour instaurer la confiance
- Encourager les équipes grâce à une communication émotionnellement intelligente

4- Exercices pratique

- Mises en situation pour gérer des émotions en milieu professionnel
- Débriefing et analyse des interactions observées