



La compétence émotionnelle : Outil de gestion de soi et des autres afin d'améliorer la qualité des relations.

Des études le confirment. La principale cause de conflits entre les personnes consiste dans le manque de contrôle de leur impulsivité. Chaque jour, dans des entreprises, il se perd des millions de dollars parce que de mauvaises décisions sont prises, des conflits éclatent, des employés sont frustrés, des ventes sont perdues et des leaders perdent leur crédibilité et leur influence ; la cause : les émotions. L'expression des émotions a un impact important sur le climat émotionnel de l'entreprise et, par conséquent, sur la qualité de vie des gens et sur leur rendement.

Objectifs :

- Apprendre à mieux gérer les émotions afin d'améliorer les relations interpersonnelles.
- Prévenir et résoudre les conflits.
- Comprendre les émotions et leur influence sur les relations interpersonnelles.

À la fin du cours, les participants seront en mesure :

D'apporter de la qualité aux relations interpersonnelles.
De modifier l'environnement de travail.

Contenu :

- Le concept d'intelligence émotionnelle
- Sens et performance
- Mon modèle bénéfique/préjudice
- Les compétences émotionnelles en gestion
 - La compétence personnelle : conscience de soi, maîtrise de soi et motivation
 - La compétence sociale : empathie et aptitude sociale
- La place des émotions au travail
- L'émotion un marqueur d'identité
- L'énergie des émotions : une contagion assurée !

Avantages pour vous :

- Votre efficacité au travail et votre plaisir de travailler en seront améliorés.
- Des employés plus engagés par un leadership plus inspirant.
- Prise de conscience de l'impact de vos émotions.

Mise en action :

L'approche utilisée fait appel aux expériences vécues par les participants et favorise l'établissement des liens entre la théorie et les concepts. Elle met l'accent sur l'expérimentation des outils.

Cible :

Dirigeants, gestionnaires, entrepreneurs, employés.

Durée : Format 3 h en ligne OU format 0,5 jour en présentiel