

# Manager par l'intelligence émotionnelle gérer vos émotions et celles des autres

Cours Pratique de 2 jours - 14h  
Réf : EMO - Prix 2024 : 1 530CHF HT

Adapter sa communication verbale et relationnelle managériale en décodant les structures comportementales de ses collaborateurs et en gérant leur potentiel émotionnel. Favoriser les développements relationnels constructifs, connaître les étapes d'évolution d'une situation de crise et renforcer la maîtrise de soi.

## OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

À l'issue de la formation l'apprenant sera en mesure de :

Comprendre les mécanismes émotionnels

Renforcer sa maîtrise de soi en situation déstabilisante

Identifier les jeux relationnels

Gérer les situations émotionnelles délicates

Agir constructivement sur les émotions de l'équipe

## TRAVAUX PRATIQUES

Outils de diagnostic émotionnel. Jeux de rôle basés sur des cas professionnels. Mises en situation filmées et débriefing en groupe.

## LE PROGRAMME

dernière mise à jour : 05/2022

### 1) Comprendre la dimension émotionnelle du management

- Identifier les compétences clés du management relationnel.
- Décoder les structures comportementales des individus en milieu professionnel.
- Ecouter et répondre aux besoins relationnels.
- Comprendre les mécanismes émotionnels.
- Anticiper et gérer les réactions des individus en situation "agressive".
- Comprendre les "peurs" émotionnelles et gérer les pensées stressantes associées.
- Contrôler le processus de maîtrise de soi.
- Analyser les comportements clés en situation déstabilisante.

*Travaux pratiques : Test d'auto-évaluation des processus émotionnels.*

### 2) Développer sa compétence émotionnelle

- Identifier les facteurs de progrès et les facteurs bloquants de l'émotivité.
- Gérer les comportements émotionnels "non efficaces" dans la relation.
- Identifier les "scénarios" et les distorsions dans les échanges.
- Accompagner son interlocuteur dans l'identification de ses interprétations et de ses méconnaissances.
- Gérer les situations émotionnelles délicates.
- Accorder votre communication aux besoins de votre interlocuteur.
- Débloquent les situations difficiles en recherchant un terrain d'entente.

*Mise en situation : Mises en situation sur cas de "message difficile". Débriefing avec analyse individualisée.*

### 3) Identifier et gérer les réactions émotionnelles des interlocuteurs

- Apprendre à éviter les "pollutions" émotionnelles.
- Identifier les jeux relationnels.

## PARTICIPANTS

Managers et responsables d'équipe.

## PRÉREQUIS

Aucune connaissance particulière.

## COMPÉTENCES DU FORMATEUR

Les experts qui animent la formation sont des spécialistes des matières abordées. Ils ont été validés par nos équipes pédagogiques tant sur le plan des connaissances métiers que sur celui de la pédagogie, et ce pour chaque cours qu'ils enseignent. Ils ont au minimum cinq à dix années d'expérience dans leur domaine et occupent ou ont occupé des postes à responsabilité en entreprise.

## MODALITÉS D'ÉVALUATION

Le formateur évalue la progression pédagogique du participant tout au long de la formation au moyen de QCM, mises en situation, travaux pratiques...

Le participant complète également un test de positionnement en amont et en aval pour valider les compétences acquises.

## MOYENS PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

- Les moyens pédagogiques et les méthodes d'enseignement utilisés sont principalement : aides audiovisuelles, documentation et support de cours, exercices pratiques d'application et corrigés des exercices pour les stages pratiques, études de cas ou présentation de cas réels pour les séminaires de formation.
- À l'issue de chaque stage ou séminaire, ORSYS fournit aux participants un questionnaire d'évaluation du cours qui est ensuite analysé par nos équipes pédagogiques.
- Une feuille d'émargement par demi-journée de présence est fournie en fin de formation ainsi qu'une attestation de fin de formation si le stagiaire a bien assisté à la totalité de la session.

## MODALITÉS ET DÉLAIS D'ACCÈS

L'inscription doit être finalisée 24 heures avant le début de la formation.

## ACCESSIBILITÉ AUX PERSONNES HANDICAPÉES

Vous avez un besoin spécifique d'accessibilité ? Contactez Mme FOSSE, référente handicap, à l'adresse suivante psh-accueil@orsys.fr pour étudier au mieux votre demande et sa faisabilité.

- Aider vos interlocuteurs à passer en croissance émotionnelle.

*Mise en situation* : Mises en situation sur cas de "message émotionnel". Débriefing avec analyse individualisée.

#### 4) Accompagner les émotions collectives

- Aborder l'équipe comme une entité émotionnelle.

- Fédérer vos équipes sur des émotions constructives.

- Gérer l'émotionnel collectif par la maîtrise du processus d'évolution

- Lever les résistances.

- Etablir un partenariat de développement.

- Optimiser ses ressources émotionnelles en identifiant le "rôle" le plus adapté à la situation.

- Utiliser les structures verbales pour consolider votre "rôle".

*Mise en situation* : Mise en situation de situation délicate. Débriefing avec analyse individualisée.

## LES DATES

---

CLASSE À DISTANCE

2024 : 27 juin, 03 oct., 09 déc.