Plan de formation

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 vous permettra 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. En début de formation, vous recevrez un rapport personnalisé contenant le portrait de votre intelligence émotionnelle (IE), donnant un aperçu de vos points forts et des points à perfectionner. Un lien vers le questionnaire à compléter en ligne est envoyé par courriel, avant la formation. Les résultats demeurent confidentiels.

Objectifs pédagogiques

1. Reconnaître les comportements et attitudes associés aux deux dimensions du concept d'intelligence émotionnelle;
2. Jauger votre quotient émotionnel et votre impact sur vos relations interpersonnelles;
3. Améliorer vos 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

Clientèle visée

Plan de formation

L'intelligence émotionnelle en gestion

Gestionnaires

Particularités

Vous serez appelés à répondre à un questionnaire en ligne (15 minutes) une semaine avant la date de la formation. En début de formation, vous recevrez un rapport personnalisé contenant le portrait de votre intelligence émotionnelle (IE), donnant un aperçu de vos points forts et des points à perfectionner.

À savoir lorsque cette formation est en ligne

Nos formations en ligne sont diffusées sous forme de classes virtuelles interactives et nous travaillons avec la plateforme Zoom.

Vous devez avoir un ordinateur avec un bon accès à Internet ainsi qu'une caméra, un micro et des haut-parleurs afin de participer à la formation. La caméra doit être fonctionnelle et être ouverte tout au long de la formation pour faciliter les échanges avec le formateur et le volet pratique de la formation.

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) pour un total de 14 heure(s).

Coût par participant en formation publique

1157 $

Prochaines dates en formation publique

29 et 30 octobre 2024 (Montréal)
12 et 13 février 2025 (Montréal)
30 avril et 1 mai 2025 (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/