



COMPRENDRE ET FAVORISER L'INTELLIGENCE ÉMOTIONNELLE DANS L'ENTREPRISE



Dates : consulter le calendrier
Durée : 3 jours (2 en présentiel + 1 en webinaire) : 21 heures
Lieu : Paris - Compiègne
Tarif : consulter le calendrier
Prérequis : aucun
Référence produit : MAN05

LES POINTS FORTS

- ▶ Une pédagogie inédite et complète combinant les apports des neurosciences avec une appropriation personnelle d'outils de transformation issus de la pratique d'experts praticiens professionnels en régulation émotionnelle ;
- ▶ Entraînement sur des situations réelles ;
- ▶ Accompagnement personnalisé ;
- ▶ Échanges et débats entre participants ;
- ▶ Mise en pratique entre les deux sessions de formation.

POUR ALLER PLUS LOIN

L'UTC peut organiser des séances de coaching individuel.



www.utc.fr
 → Formation continue et VAE

EN SAVOIR +

L'intelligence émotionnelle est la compétence la plus recherchée en matière de leadership. Elle répond aux exigences issues des mutations rapides actuelles et futures dont l'obsolescence des compétences techniques. Compétence rare, elle constitue un atout majeur au sein d'une entreprise où l'humain doit maintenir une place prépondérante.

OBJECTIFS

- Comprendre l'importance de l'Intelligence Émotionnelle dans sa vie personnelle et professionnelle et définir sa propre approche pour en faire un facteur de succès ;
- Évoluer personnellement et professionnellement en développant ses qualités relationnelles et son impact sur les autres ;
- Créer de la cohésion et la performance au sein des équipes et dans l'entreprise.

PUBLIC

Dirigeants, managers et entrepreneurs qui souhaitent comprendre et utiliser les bases de l'Intelligence Émotionnelle pour plus d'efficacité, de performance et d'aisance relationnelle au sein de leurs équipes et dans leur vie.

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

Mises en situation ; apports théoriques; découverte par l'expérience sur la base du vécu des participants ; accompagnement et coaching.

MODALITÉS D'ÉVALUATION

Évaluation effectuée à l'occasion des mises en situation et des études de cas.

PROGRAMME

Développer sa conscience émotionnelle

- Définition, décryptage et compréhension des émotions ;
- Comprendre son fonctionnement émotionnel et l'impact sur soi et son équipe (pensées, émotions, réactions).

Savoir utiliser la puissance des émotions

- Savoir tirer parti de ses émotions pour plus de bien-être et d'efficacité personnelle (discours intérieur, apaiser ses tensions) et de passage à l'action ;
- Exprimer et réguler ses émotions ;
- Prendre des décisions en restant le plus objectif possible et en évitant des comportements irréfléchis.

Mobiliser son Intelligence Émotionnelle dans son management ou ses relations

- Assertivité et prévention des conflits : exprimer ses émotions et s'affirmer d'une façon non-agressive et non-destructrice au sein de son équipe ;
- Rôle des émotions dans l'accompagnement au changement ;
- Modifier son état émotionnel face à des situations de stress, de conflit ou impliquant un changement imprévisible.

Cultiver un climat de travail émotionnellement positif

- Développer des relations mutuellement satisfaisantes et une attitude plus empathique avec ses collaborateurs ;
- Fédérer et rassembler grâce aux émotions ;
- Mobiliser les forces en présence et booster la performance dans l'entreprise.

INTERVENANTS

Nos intervenants sont issus des secteurs économiques publics, privés, académiques et professionnels. Ils comptent généralement plus de 10 ans d'expérience professionnelle dans leur domaine d'expertise.



HORIZON EMPLOI CADRES

Participez à une démarche
de solidarité à nos côtés

Depuis 2013, l'UTC accompagne des cadres en transition professionnelle **grâce au dispositif Ressort-Rebond Cadres**. Elle organise également, **chaque premier trimestre, le salon Rebond Cadres**. Il regroupe sur une journée, dans les locaux de l'UTC, de grands acteurs de l'emploi et des cadres en recherche d'activité professionnelle.

Aujourd'hui, l'UTC propose aux organisations privées et publiques de se joindre à elle en s'engageant à ses côtés sur l'un de ses **2 programmes de solidarité** :

- « **Compétences numériques** » ;
- « **Un diplôme pour l'emploi** ».

En participant à l'un des programmes de solidarité, l'organisation accède à des **avantages exclusifs** et la possibilité d'afficher sur ses communications les **badges** des programmes auxquels elle s'associe.

