

## La gestion des émotions dans le management

### OBJECTIFS

- ▶ Intégrer l'intelligence émotionnelle dans le management et prendre conscience de son impact dans le quotidien professionnel du manager et des équipes.
- ▶ Identifier et réguler ses réactions émotionnelles et celles de ses collaborateurs, notamment dans le cas d'accompagnement de situations délicates ou particulièrement impliquantes.
- ▶ Adopter une communication relationnelle et émotionnelle positive.

### Méthodes pédagogiques :

Autoévaluation en amont de la formation

Recueil des attentes

Études de cas, apports théoriques, méthodologiques, mises en situation, travail en sous-groupes, jeux de rôles

Remise d'un support écrit. Fin de stage : évaluation des acquis

### Personnes concernées / Prérequis :

Directeur(trice)s, cadres, chefs de service, coordinateurs

**Animation** : Conseil en management et développement Ress. Humaines, titulaire DUEPS

**Nombre de participants** : 12 personnes maxi

**Durée** : 4 jours, soit 28 heures

## INTRA

Cette formation peut être organisée dans votre établissement avec un tarif groupe.

### Lieu

 LA ROCHELLE (17) Du 19/05/2025 au 22/05/2025

### Sessions programmées

### Droits d'inscription

1270 €



## PROGRAMME *Catalogue 2025*

- ▶ Mieux se connaître comme manager
- ▶ L'intelligence émotionnelle :
  - piliers et clés de l'intelligence émotionnelle
  - évaluation de ses compétences émotionnelles de manager
  - impact de la dimension émotionnelle
- ▶ Les rouages de la dynamique émotionnelle
  - la dynamique des émotions
  - expression des émotions chez soi/chez les autres
  - compréhension de son vécu émotionnel, de celui des autres
  - régulation de ses émotions et repérage des signes précurseurs
  - mise en œuvre de sa propre dynamique de développement
- ▶ La communication émotionnelle
  - capacité d'observation et intérêt du langage non verbal
  - améliorer ses relations avec les autres, comprendre leurs sentiments
  - auto-motivation et entretien d'une humeur positive et optimiste
- ▶ Manager les émotions individuelles
  - la conduite d'entretiens managériaux à connotation émotionnelle :
    - . formuler une critique constructive, savoir refuser avec les formes, faire un compliment, savoir écouter le problème, accompagner dans un moment de crise...
  - se préparer à affronter une situation difficile
- ▶ Manager les émotions au sein de l'équipe
  - les différentes étapes de la vie d'un groupe
  - la gestion constructive des conflits
  - l'équipe en phase de changement
  - la prise de décisions

