

L'intelligence émotionnelle, un ingrédient essentiel pour exercer son leadership

Description

Dans cette formation les participants sont invités à poser un regard réflexif sur eux-mêmes, sur leur pratique et sur les compétences à développer pour exercer leur leadership et maximiser leur potentiel à l'aide des compétences clés de l'intelligence émotionnelle. Le développement de l'intelligence émotionnelle, le rôle des émotions et la nécessité de se connaître pour inspirer le changement seront au cœur des discussions et ateliers de cette formation.

Objectifs

- ⇒ Comprendre le concept d'intelligence émotionnelle et les compétences clés liées à cette dernière.
- ⇒ Explorer les compétences de l'intelligence émotionnelle et leur rôle dans le développement du leadership.
- ⇒ Reconnaître et comprendre le fonctionnement des émotions pour mieux les exploiter.
- ⇒ Identifier ses sources personnelles de motivation à travers ses valeurs et ses croyances.
- ⇒ Utiliser des outils de communication qui facilitent l'exercice de l'influence.
- ⇒ Faciliter la mobilisation des individus et stimuler l'intelligence collective.

Contenu

- ⇒ Compétences clés de l'intelligence émotionnelle.
- ⇒ Rôles et fonctions des émotions.
- ⇒ Système de perception personnelle.
- ⇒ Contagion émotionnelle.
- ⇒ Gestion de soi et de ses émotions pour créer des rapports plus harmonieux.
- ⇒ Prise de conscience des comportements spontanés et pistes de solution pour modifier les comportements limitants.
- ⇒ Valeurs et croyances personnelles.
- ⇒ Filtres comportementaux.
- ⇒ Créer des rapports harmonieux.
- ⇒ Communication orientée vers les solutions.
- ⇒ Utilisation des énergies d'archétypes, pour faciliter ses interventions.

Durée

14 heures de formation + 3 heures de coaching individuel