



Formation Courte

Intelligence émotionnelle- session 4

Conjuguer dimension émotionnelle et management

Mis à jour le 05/12/2025

🕒 Durée

2 jours

€ Prix de la formation

Tarif inter : 1 080 €

Eligible Pass'Pro

[Voir tous les financements](#)

📍 Lieu(x) des sessions

En présence à Saint Étienne

En présence à Paris

Objectifs

- Détecter et gérer des émotions dans son environnement professionnel
- Identifier l'intelligence émotionnelle comme un véritable levier managérial pour être au plus fin dans sa compréhension des situations individuelles et collectives

Programme

Reconnaitre les émotions

- Les compétences de l'intelligence émotionnelle : autodiagnostic et présentation des 5 axes de l'intelligence émotionnelle
- Définir et clarifier le lien entre : stressseurs – émotion – comportement – besoin et stress physiologique (« positif ou négatif », les alerteurs émotionnels)

Le management de la motivation et de l'engagement

- Gérer ses équilibres émotionnels et les équilibres émotionnels de ses collaborateurs
- Prendre soin de soi et de son état émotionnel pour favoriser des comportements individuels et collectifs positifs (motivation et engagement)
- Être à l'origine des états émotionnels positifs de ses collaborateurs

Le management de la relation

- Être ouvert aux émotions des autres
- Exprimer et partager les émotions
- Gérer les émotions en situation de tensions

Plan d'action pour expérimenter la dimension émotionnelle de son management' : une situation identifiée et un engagement pour expérimenter les axes de travail

Méthodes pédagogiques

- Apports pédagogiques en face à face
- Mise en pratique : travaux collectifs et/ou individuels, études de cas, quiz, mises en situation, jeux de rôle, ateliers
- Temps d'échange : partages de pratiques, co-développement
- Apports théoriques en face à face (classe virtuelle ou présentielle)
- Exercices, tests, jeux de rôle, ateliers, mises en situations en groupe
- Echanges, partages de pratiques, co-développement

Évaluation



Formation Courte

Intelligence émotionnelle- session 4

Conjuguer dimension émotionnelle et management

Mis à jour le 05/12/2025

- Evaluation à chaud de la satisfaction

Compétences renforcées

- Faire preuve de leadership
- Imaginer, soutenir et mettre en œuvre des pratiques professionnelles innovantes