



**2 jours
soit 14h**



**Accessible
à tous**

POUR QUI ?

Leaders d'équipes, dirigeants, cadres supérieurs, entrepreneurs.

FINALITÉS

Renforcer les capacités des dirigeants à comprendre, maîtriser et utiliser leurs émotions pour améliorer leur leadership, optimiser les relations interpersonnelles, et favoriser un environnement de travail collaboratif et performant.

Objectifs pédagogiques

- ▶ Identifier et gérer leurs émotions pour une meilleure prise de décision
- ▶ Développer leur empathie pour comprendre et motiver leurs équipes
- ▶ Adopter des comportements émotionnellement intelligents pour désamorcer les conflits et favoriser un climat de confiance

Conditions d'intervention

- ▶ Modalités de formation : Présentiel ou Distanciel
- ▶ Rythme : continu ou séquentiel
- ▶ Effectif mini - maxi : inter (entreprise) 3 à 8 / intra (entreprise) 3 à 8

Équivalences et passerelles

- ▶ Sans équivalence et passerelle

Prérequis

- ▶ Sans prérequis

NOS FORMATEURS

- ▶ Formation animée par un consultant bénéficiant d'une expérience conséquente au sein de différents groupes. Nos consultants sont formés aux techniques d'animation et de formation et interviennent dans tous types de structures.
- ▶ Pendant 6 mois le stagiaire a la possibilité de contacter le formateur sur la mise en applications des acquis de formation dans son milieu professionnel.

PROGRAMME DE LA FORMATION

1

COMPRENDRE ET MAÎTRISER L'INTELLIGENCE ÉMOTIONNELLE

7h

Introduction à l'intelligence émotionnelle (IE)

- › Définition et piliers de l'intelligence émotionnelle
- › Pourquoi l'Intelligence Emotionnelle est-elle essentielle pour un dirigeant ?

Identifier ses propres émotions

- › Découverte des mécanismes émotionnels (stress, peur, colère, joie, etc...)
- › Exercices de reconnaissance et d'auto-évaluation

Maîtriser ses émotions pour un leadership efficace

- › Prendre des décisions sous pression avec clarté émotionnelle
- › Etude de cas pratique : Résolution de dilemmes émotionnels en entreprise

2

RENFORCER LES RELATIONS ET CRÉER UN ENVIRONNEMENT COLLABORATIF

7h

Développer l'empathie et l'écoute active

- › Comprendre les émotions des autres
- › Techniques pour écouter et répondre sans juger

Gestion des conflits et des émotions en équipe

- › Identifier les causes émotionnelles des conflits
- › Stratégies pour désamorcer les tensions

Communiquer avec intelligence émotionnelle

- › L'impact des mots et des attitudes sur la motivation des équipes
- › Adapter son style de communication selon les situations émotionnelles

Plan d'action personnalisé

- › Elaboration d'un plan pour intégrer l'IE dans son quotidien professionnel
- › Engagements et mise en pratique post-formation

Modalités pédagogiques

- ▶ Alternance entre apports théoriques et pratiques
- ▶ Exercices interactifs en binômes ou en petits groupes
- ▶ Etudes de cas et mises en situations issues du quotidien des salariés

Nature de la validation

- ▶ La formation dispensée sera récompensée par la remise d'un certificat de réalisation (nature, dates, durée, objectifs de la formation suivie)

Outils pédagogiques et techniques

- ▶ Locaux respectant les critères d'Établissements recevant du Public (ERP) en terme de taille, disposition et équipement de la salle
- ▶ Paper board, vidéoprojecteur, prise de branchement pour matériel informatique (PC, enceintes, ...)
- ▶ Remise d'un support pédagogique à la fin du stage
- ▶ Assistance technique

Modalités du suivi de formation

- ▶ Auto-évaluation proposée en fin de formation pour mesurer le niveau de connaissances, la satisfaction et l'utilité perçue de la formation. Dans ce cadre, le participant donne son appréciation sur :
 - ▶ Le contenu (respect du programme et des objectifs, intérêt des contenus, ...)
 - ▶ L'animation (expertise du consultant sur le sujet, relations avec le groupe...)
 - ▶ La pédagogie (équilibre entre les apports théoriques et pratiques...)
 - ▶ La logistique (état des salles, qualité des supports pédagogiques...)
 - ▶ La mise en œuvre envisagée (plan d'actions...)

RÉFÉRENTS

- ▶ Responsable Formation : **Dominique VALADON** - dvaladon@artus-rh.com - Tél : 06 69 15 99 70
- ▶ Référent administratif, handicap et technique : **Coralie MOYER** - cmoyer@artus-rh.com
Tél : 06 69 04 38 82
- ▶ Référent pédagogique : **Nathalie MAUJOIN** - nmaujoin@artus-rh.com - Tél : 07 61 99 43 10

ACCESSIBILITÉ

- ▶ Processus précis et concret : identification d'un potentiel handicap – détermination de la typologie du handicap (moteur, auditif, visuel, intellectuel, psychique ou visuel) – mise en place des compensations possibles et personnalisables en adéquation avec le besoin du stagiaire. L'ensemble des étapes est réalisé par le chef de projet avec l'assistance de la référente pédagogique handicap : **Coralie MOYER – cmoyer@artus-rh.com – Tél : 06 69 04 38 82**

- ▶ Respect de la réglementation concernant l'accessibilité aux personnes en situation de handicap et application des conditions d'accueil et d'accès des publics en situation de handicap.
- ▶ Vous trouverez via le QR code toutes les conditions d'accès d'Artus RH



Toutes nos salles de formation sont accessibles aux personnes à mobilité réduite.

Référence document : D-E-Programme AEP-VI | Date de création : 31/08/2021

Artus RH, SARL au capital de 10000€ SIREN 802 240 614 RCS Tours
Organisme de formation agréé sous le numéro 24 37 03295 37 à la préfecture du Centre