

Quels objectifs ?

Déployer son intelligence émotionnelle ;

Accroître le leadership au service de ses objectifs ;

Développer le potentiel des cadres et collaborateurs ;

Optimiser sa fonction et transmettre sérénité et efficacité.

Contenu de la formation :

Découvrir la posture de Dirigeant Ressources :

→ Comprendre l'accompagnement, le rôle du cerveau, l'intelligence émotionnelle et définir son objectif comme fil rouge.

Approfondir la connaissance de soi, sa perception du monde et celle des autres :

→ Identifier ses comportements et modes de communication, explorer filtres, méthodes relationnelles et visualisation créative.

Identifier ses besoins, ses valeurs, ses qualités, ses croyances ... et ceux de l'autre :

→ Clarifier ses besoins, valeurs et ressources, et apprendre à donner et recevoir des feedbacks positifs.

Accueillir l'intelligence émotionnelle dans la relation professionnelle :

→ Reconnaître, réguler et exprimer les émotions, comprendre la communication non verbale et le cycle du changement.

Mettre en œuvre concrètement l'intelligence relationnelle dans son entreprise :

→ Élaborer un plan d'action, définir son périmètre et ses limites, pratiquer la confrontation bienveillante et ancrer les apprentissages..

PARCOURS

Dirigeant : Managers ressources

Durée : 5 jours

Dates : 03/02/2026
+ 03/03/2026
+ 10/04/2026
+ 22/05/2026
+ 19/06/2026

Heures : 35 heures

Pour qui ? Dirigeants - Managers - Personnes engagées dans une évolution de leur management et désirant prendre du recul sur leur quotidien.

Pré-requis : Ce parcours requiert la volonté et la capacité de revisiter et d'interroger ses comportements relationnels, ses attitudes, ses représentations et ses ressentis émotionnels.

Profil du formateur : Formatrice et coach en conseil et accompagnement.

Nombre de participants : Entre 5 et 10 personnes.

Format : Présentiel - INTER - INTRA.