

Intégrer et gérer l'EMOTIONNEL dans son Management

Inter à Paris



3 participants maxi
Réalisation assurée
aux dates prévues

Durée : 2 jours + indiv.

Dates :

15 – 16 mars

3 – 4 mai

1 – 2 juillet

18 – 19 octobre

2 – 3 décembre

Prix HT : 1.690 €

- ◆ Clarification des objectifs.
- ◆ Travail en journées
- ◆ Session Individuelle de suivi et conseils personnalisés : 1 H 30

Individuel

Durée : 10 heures

Dates : choisies avec le stagiaire

Prix HT : 2.100 €

- ◆ Clarification des objectifs
- ◆ Travail sur 10 H réparties en 2 sessions
- ◆ Appels appui

En option - sessions individuelles de suivi : 210 €/heure

Intra (Sur mesure)

Adaptation du nombre de participants, du contenu et de la durée, en fonction des objectifs visés.

Animateurs

Najet COPELLO
 Danielle GIRAUD
 Alexandre STSERBAKOV

CONTEXTE :

*L'activité professionnelle met en jeu non seulement des savoir faire ... mais aussi des ressentis ... : en effet, les collaborateurs, comme les managers **ne laissent pas "leur cœur au vestiaire"**... Sous l'effet des changements, des différences de culture, des confrontations de fonctions,... des contraintes, des rythmes,... **les émotions ressenties prennent leur place de toute façon !***

*Mieux vaut donc savoir **intégrer ses propres émotions et celles de ses collaborateurs** pour optimiser l'efficacité de ses équipes et contribuer ainsi au bon fonctionnement de l'Entreprise.*

OBJECTIFS :

A l'issue de cette formation, les participants disposeront de moyens pour :

- connaître leurs propres émotions ressourçantes et limitantes,
- accroître leurs capacités à mieux contrôler peurs, tristesse, colère,...
- reconnaître les émotions de leurs interlocuteurs, les accepter et en tenir compte,
- contrôler leurs propres émotions pour prendre du recul et devenir un manager qui influence avec intégrité.

PUBLIC : Tout membre de l'Encadrement.

THÈMES pouvant être abordés

Comprendre le fonctionnement émotionnel

Les quatre émotions de base

Les déclencheurs, modes d'expression, niveaux d'intensité, incidences sur l'activité,....

Les émotions justes : comment les faire partager

Devenir plus conscient de mes émotions et de celles de mes collaborateurs

Reconnaître leur réalité, leur utilité ou leurs effets freins pour moi et pour mes collaborateurs

Les recevoir, les exprimer

Leurs incidences facilitantes et bloquantes sur les relations : sortir des jeux psychologiques

Construire un climat de coopération et de confiance en moi et dans les autres

Accéder à mes ressources et libérer mon énergie positive

Etablir une distance avec mes émotions et celles des autres

Entrer dans une émotion et l'exprimer à propos

Changer d'émotion pour sortir d'une situation bloquée, stressante, conflictuelle... et accéder à l'harmonie, à la confiance en soi et dans les autres, à l'interaction gagnant/gagnant

Optimiser le management au quotidien par l'émotionnel utile

Harmoniser les composantes de ma personnalité pour me placer en situation émotionnelle favorisant le bon déroulement des

entretiens

négociations au quotidien

réunions

gestion des changements

motivation,...

Construire une "fertilisation croisée" de ressources émotionnelles, dans les situations où nous en manquons.