

PARCOURS : L'INTELLIGENCE EMOTIONNELLE

Développer son leadership avec l'Intelligence Emotionnelle



08H30 décomposée en
3 ateliers :

2 classes virtuelles de 3h30
+ 1h30 débrief Diagnostic

EQ-i

En bonus le Programme
digital EQ-Plus



100% distanciel

Dirigeant/Indépendant/
Salarié en inter entreprise (1)
950€ net de tva/participants

Prochaines dates [ICI](#)

Entreprise (en intra) *

1500€ net de tva (1)

+ coût débrief Diagnostic EQ-i
/participants

Intra : proposition de dates
validées sous 1 mois

Public cible :

Dirigeant, Manager, chef
d'équipe, tous ceux
souhaitant progresser et
faire progresser leurs
collaborateurs (expérience
professionnelle de minimum
12 mois recommandée)

Prérequis :

Aucun

Être équipé d'un ordinateur
avec webcam et micro, accès
wifi

Participants :

minimum 05 - maximum 10

Accessibilité :

Vous êtes en situation de
handicap ? Contactez notre
référente Agnès SAEZ
agnes.saez@acleaconseil.fr

Points forts de la formation :

- Diagnostic EQ-i pour identifier les différents fonctionnements émotionnels
- Meilleure gestion des émotions dans des situations difficiles
- Des clés pratiques pour progresser
- Mises en situation sur des cas réels → Une utilisation immédiate sur le terrain

Objectifs pédagogiques :

- Identifier, ressentir et partager des émotions, mesurer leur importance et questionner notre manière de gérer les situations difficiles
- Découvrir les différents fonctionnements émotionnels, à partir de l'EQ-i, le diagnostic de quotient émotionnel
- Découvrir la roue de l'EQ-i, s'approprier les 15 compétences de l'IE et voir les liens entre elles.
- Déterminer son plan d'action et ancrer sa réflexion dans des actions concrètes

Méthodologie pédagogique et moyens techniques :

- Pédagogie interactive avec mises en situation et échanges en sous-groupes, ateliers pratiques et collaboratifs, un cadre de confidentialité des échanges
- Approche par l'expérimentation : prise de conscience, apport de compétences et passage à l'action
- Le questionnement et le feedback sont pratiqués tout au long du parcours
- Documents et supports envoyés aux stagiaires par internet
- Une feuille d'émargement par demi-journée de présence

Profil des consultants :

Consultants-formateurs-coachs certifiés

Modalités d'évaluation :

- Une évaluation est réalisée tout au long de la formation : participation orale, des «points d'apprentissage» après chaque défi, mises en situation...
- Validation des acquis (auto-évaluation) en amont et aval

En amont de la formation :

- Diagnostic EQ-i (outil de mesure du quotient émotionnel)

Programme :

Comprendre l'impact des émotions dans toute interaction humaine

- Intégrer la place et le rôle des émotions dans le fonctionnement humain
- Mesurer l'impact des émotions sur les comportements, la relation et la prise de décision
- Partager son vécu émotionnel et comprendre celui de l'autre via l'écoute active, l'observation et le questionnement ouvert

Découvrir les différents fonctionnements émotionnels à partir de l'EQ-i, le diagnostic de quotient émotionnel

- Découvrir la roue et les 15 compétences émotionnelles de l'EQ-i
- Appréhender les différentes réactions émotionnelles
- Atteindre ses objectifs en s'appuyant sur ses forces et talents naturels

Renforcer la relation et le travail d'équipe

- Mesurer la puissance des émotions pour créer du lien dans la relation
- Identifier les conséquences d'une mauvaise gestion des émotions
- Pratiquer les bonnes postures pour éviter les réactions à chaud et la perte de contrôle

Utiliser positivement les émotions pour fédérer
vers un but commun



CONTACTEZ-NOUS : ACLEA Conseil – 0668708013 www.acleaconseil.fr – agnes.saez@acleaconseil.fr