

PROGRAMME

Catégorie :	Dynamiques humaines	Public Visé :	Tous profils
Intitulé du stage :	L'Entreprise Emotionnelle	Prérequis :	Aucun

Moyens pédagogiques : Exposés - discussions-débats - étude de cas - utilisation d'aides audio-visuelles - remise de documentation - contrôle permanent de l'assimilation des connaissances par l'animateur.

Moyens techniques : Vidéoprojecteur – Tableau papier - Manuel de stage papier

Positionnement pédagogique : Un échange individuel ou collectif avec la hiérarchie est réalisé en amont afin de cerner les besoins spécifiques des participants. Avant le démarrage de la formation, un questionnaire « bulletin d'attentes » est transmis pour identifier les attentes individuelles et ajuster le déroulé pédagogique. En début de formation, un diagno-test permet de situer le niveau initial des participants et de confirmer les besoins prioritaires.

Déroulement du stage : Durée : Stage de 1 jour de 9h30 à 12h30 & de 13h30 à 17h30 (7 heures)

Formateur : Florent BOUËR, consultant expert en gestion du temps, en management d'équipe et communication interpersonnelle – Auteur publié chez Marabout - Anciennement chargé de Formation & responsable du service achats pour GAME Retail Ltd.

Les objectifs pédagogiques :

A l'issue de la session de formation, les participants obtiendront les résultats suivants :

En termes d'**ATTITUDES**, ils seront :

- Conscients de l'impact de leurs émotions dans leur comportement au travail
- Conscients de l'importance d'écouter et de canaliser leurs émotions
- Motivés à adopter / modifier certaines habitudes
- Motivés à adopter les outils présentés en formation

En termes de **CONNAISSANCES**, ils pourront :

- Décrire ce qu'est l'intelligence émotionnelle et le QE
- Savoir quelles sont les différentes facettes de l'intelligence émotionnelle
- Expliquer l'impact des émotions agréables et désagréables
- Identifier les principales sources de stress positif et négatif, au travail et décrire des méthodes concrètes pour mieux gérer leurs émotions

En termes de **COMPETENCES**, ils seront en mesure de :

- Décoder leurs émotions et celles des autres
- Désamorcer des tensions
- faire un feedback axé solution en exprimant leurs émotions et en respectant leur interlocuteur
- Développer d'autres modes de réaction
- challenger leur perception en situation difficile

Déroulé de formation

Objectifs

INTRODUCTION (matin) :

Comprendre les émotions	>>	Savoir différencier humeur, émotion, sentiment, affect...
Jeu des émotions	>>	Identifier le lien entre émotion et réaction
Rôle des émotions négatives	>>	Comprendre l'utilité de ces émotions dans l'évolution
Elargissement et construction	>>	Découvrir les bénéfices des émotions positives au travail

INTELLIGENCE EMOTIONNELLE (matin) :

L'intelligence émotionnelle	>>	Comprendre la notion de quotient émotionnel
-----------------------------	----	---

PERCEPTION DES EMOTIONS (matin) :

Analyser des visages	>>	Savoir générer davantage de résultat avec moins d'effort
Facette de l'IE	>>	Découvrir les 4 axes de l'intelligence émotionnelle
Test intelligence émotionnelle	>>	Evaluer son intelligence émotionnelle

COMPREHENSION EMOTION (matin) :

Perception et émotion	>>	Comprendre le lien entre les deux
Outil SPARC	>>	Challenger sa perception de situations difficiles

ANALYSER SES EMOTIONS (après-midi) :

Champs émotionnel	>>	Découvrir les émotions pour affiner sa compréhension
Outil le cadran des émotions	>>	Analyser ses émotions et leurs impacts

DESAMORCER UN CONFLIT (après-midi) :

CNV	>>	Comprendre les étapes de la communication non-violente
Jeu de rôle CNV	>>	Expérimenter la CNV
CNV	>>	Comprendre les étapes de la communication non-violente
Jeu de rôle CNV	>>	Expérimenter la CNV
Méthode FESD	>>	Comprendre comment formuler une critique constructive
Jeu de rôle FESD	>>	Faire un retour avec la méthode FESD

Suivi de l'exécution de l'action de formation, évaluation et appréciation des résultats :

A l'issu du stage : (en plus du Questionnaire satisfaction et des feuilles de présence émargées) ; Il sera effectué une évaluation des objectifs pédagogiques en termes de connaissances via un QCM ; 10 semaines après le stage il sera effectué un contrôle de l'atteinte des objectifs en termes de compétences par le formateur via un questionnaire bilan.

Sanction de la formation : Un certificat de réalisation précisant la nature, les acquis et la durée de la session sera remise par l'organisme de formation au bénéficiaire, à l'issue de la prestation.