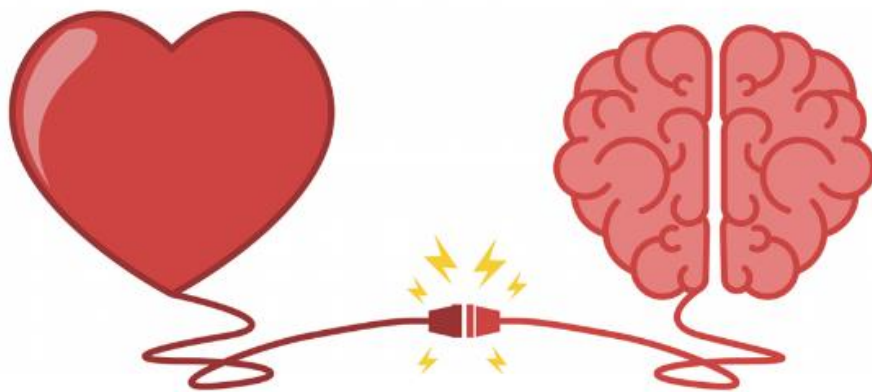


MANAGER AVEC L'INTELLIGENCE EMOTIONNELLE

*LES EMOTIONS AU COEUR
DU BIEN-ETRE ET DE LA PERFORMANCE*



Annick GRYSON-HAVET
Psychologue clinicienne
Consultante en Efficacité personnelle et
professionnelle



A l'issue de ce séminaire, vous saurez :

- Prendre conscience de vos émotions et de celles de vos collaborateurs
- Mettre en place une démarche personnelle de gestion émotionnelle
- Identifier votre style de management et de Leader et l'adapter à vos collaborateurs
= **Moi**
- Décoder les profils comportementaux de vos collaborateurs
- Adapter votre communication verbale et relationnelle managériale
= **Autrui**
- Gérer les situations managériales délicates : conflit interne, stress pression des résultats...
- Impulser un changement dans l'équipe
= **Situation**

ITINERAIRE PEDAGOGIQUE

PREALABLE

- Accueil des participants
- Listing des attentes et besoins
- Etablissement du contrat pédagogique (objectifs)
- Présentation du contenu du programme
- Pourquoi développer votre Intelligence Emotionnelle est-il devenu si important aujourd'hui ?

Introduction : **DECOUVRIR LA NOTION D'INTELLIGENCE EMOTIONNELLE**

- Définir la notion d'Intelligence
- Identifier l'impact des émotions dans notre vie
- Les 5 piliers et les 4 facettes de l'Intelligence Emotionnelle
- Identifier les différentes familles d'émotions, leurs fonctions et leurs impacts
- Du danger de refouler vos émotions
- Adopter la stratégie S.E.S.A.M.E.
- Emotions versus Raison

ATELIERS : Autodiagnostic de votre profil « Compétences IE »

Définir les 3 éléments de la vie affective

Le jeu des 7 familles

Identifier la fonction des émotions

PARTIE 1 : MIEUX SE CONNAITRE POUR GERER VOS EMOTIONS

- Découvrir les 3 pôles du fonctionnement humain
- Le cerveau, une maison à 3 étages et un cerneau de noix
- La perception de la réalité, phénomène individuel mais virus émotionnel
- Hacker vos croyances limitatives
- Développer votre Assertivité
- Identifier les 4 facettes de l'I.E. et les stratégies à mettre en œuvre
- Apprendre à accompagner et apprivoiser vos émotions avec la technique 3C
- Cerner vos pilotes internes (freins ou accélérateurs) et leurs antidotes

*ATELIERS : Identifier votre profil comportemental
Diagnostiquer votre Quotient Emotionnel
Evaluer vos pilotes internes : frein ou moteur ?
Identifier votre niveau d'assertivité*

PARTIE 2 : IDENTIFIER VOTRE STYLE DE MANAGEMENT ET DE LEADERSHIP

- Distinguer les notions de Management et de Leadership
- Identifier les 5 différents styles de Manager (Blake et Mouton)
- Les 5 niveaux de Leader
- Les 5 niveaux de maturité managériale
- Identifier les 4 styles comportementaux de Leader « Hersley et Blanchard »
- Les 5 niveaux pour devenir un leader charismatique
- Etes-vous un Manager ou un Leader ?
- Quelles sont les compétences du Manager et du Leader ?
- Quel est le meilleur style de Management ?

*ATELIERS : Diagnostiquer votre profil de Manager
Identifier votre style comportemental de Leader
Réaliser votre blason professionnel
Etudes de cas*

PARTIE 3 : INTEGRER LE MANAGEMENT E.B.I. DANS VOTRE REPERTOIRE PROFESSIONNEL

- Cerner les 5 objectifs du Management E.B.I.
- Utiliser les 3 leviers pour développer votre I.E.
- Canaliser avec doigté les débordements émotionnels de vos collaborateurs avec la technique O.S.E.
- Intégrer les 6 commandements du Management E.B.I. pour transformer les émotions de vos collaborateurs en ressources et non plus en handicaps
- Identifier les 3 qualités et les 9 habitudes du Manager E.B.I.
- Savoir désamorcer une situation tendue
- Evoluer de la pression déstabilisante vers le charisme tranquille ou l'influence constructive : de l'empathie à l'assertivité

*ATELIERS : Testons vos capacités d'observation
Identifier les profils comportementaux de vos collaborateurs*

PARTIE 4 : LES EMOTIONS AU SERVICE DE LA PERFORMANCE ET DU BIEN-ETRE

- L'analyse stratégique, réponse à vos problèmes ?
- Les 7 points à prendre en compte avant la prise de décision
- La prise de décision au niveau du Management
- (Plans individuel et collectif)
- Identifier le rôle des émotions dans la prise de décision
- L'analyse stratégique, réponse à vos problèmes ?
- Prendre de meilleures décisions avec la stratégie cerveau total

ATELIERS : Identifier les différentes manières de prendre des décisions

Quizz de validation des connaissances

Conclusion : **IMPULSER UNE DYNAMIQUE DE CHANGEMENT DANS L'EQUIPE**

- ✓ Être prêt pour le changement : faire le P.A.S.
- ✓ Rédiger votre Plan d'Action
- ✓ Retour sur vos attentes, Bilan et évaluation du séminaire

ATELIER : Elaborer et rédiger mon Plan d'Action Personnalisé pour devenir un Manager E.B.I.

ACTION : Je m'engage : « mon plan d'action »

BILAN DE LA FORMATION