

Développer son intelligence émotionnelle - Bien se connaître pour mieux manager

Programme Pédagogique Détaillé

[Présentation générale](#)

[Niveau requis](#)

[Contenu](#)

[Durée](#)

[Lieu d'accueil](#)

[Modalités et délais d'accès](#)

[Tarif](#)

[Moyens pédagogiques](#)

[Moyens techniques](#)

[Moyens d'encadrement](#)

[Modalités d'évaluation](#)

[Accessibilité aux personnes en situation de handicap](#)

[Contact](#)

Présentation générale :

Se comprendre

- S'inspirer de modèles, se nourrir de contre-modèles
- Définir son « pourquoi » de manager
- Faire le point sur son leadership
- Analyser ses besoins et son vécu interne
- Les biais cognitifs à connaître pour manager

Se transformer

- Développer et nourrir son estime de soi
- Dépasser ses croyances limitantes
- Gérer sa charge mentale
- Initier et réussir un changement
- Pratiquer au quotidien

Public cible :

Pré-requis :

Niveau requis :

Objectifs pédagogiques :

- Définir son "pourquoi" de manager
- Mieux comprendre ses émotions et ses besoins pour mieux vivre son management
- Faire le point sur son style de management et ses difficultés
- Apprendre à gérer sa charge mentale
- Trouver des ressources pour le changement

Contenu :

On a longtemps cru que le leadership était quelque chose d'inné. Que certains l'avaient dans le sang... et d'autres non. Pourtant, nombreux sont les managers qui se retrouvent en difficulté. Pas toujours facile de maintenir la cohésion d'équipe, de comprendre la baisse de motivation d'un collaborateur ou d'accompagner chacun de la façon la plus juste et efficace. Alors comment devenir un « bon » manager-leader ? Comment mieux comprendre et prendre soin de ses équipes ? Et comment ne pas s'oublier, soi, malgré la charge mentale ?

Durée :

7.00 heures

En présentiel :

Une adresse sur Paris vous sera communiquée plus tard

Modalités et délais d'accès :

Les sessions sont déployées en inter-entreprise, selon un calendrier disponible sur le site <https://formations.ebg.net/content/inter-entreprise>

Tarif :

Formation accessible dans le cadre d'une "adhésion EBG premium" (cliquez ici pour en savoir +) ou encore en souscrivant à 1 accès formation auprès de notre organisme de formation Faculté.s (cliquez ici pour consulter nos modalités).

Moyens pédagogiques :

Chaque participant reçoit, en début de formation, un questionnaire de positionnement pour mieux comprendre la nature du projet visé par le participant et mieux apprécier les compétences de conduite de projet déjà acquises. Les résultats sont communiqués aux formateurs pour mieux comprendre le profil et les besoins des participants à la formation et adapter l'accompagnement en fonction des projets.

La formation repose sur une approche pédagogique par le faire, alternant présentations théoriques avec supports visuels, ateliers pratiques et études de cas.

Discussions interactives et échanges d'expériences

Moyens techniques :

La formation est proposée En présentiel.

La salle de formation dispose de l'ensemble des équipements nécessaires à l'accueil des participants et à la réalisation de la formation : tables, chaises, vidéo-projecteur, paperboard, crayons et stylos, post-it, connexion Internet.

L'accueil des participants se fait dans le respect du Protocole sanitaire applicable aux organismes de formation.

Le formateur et les participants signent, par demi-journée, une feuille d'émargement.

Moyens d'encadrement :

La formation est assurée par un formateur expert dans la thématique ciblée, disposant d'une expérience professionnelle significative sur la thématique ainsi que d'une expérience significative en termes d'animation de formation. Un CV des formateurs est disponible, sur demande.

Modalités d'évaluation :

Les participants devront compléter, avant le début de la session, un formulaire de positionnement pour apprécier le niveau de chacun sur les compétences visées par la formation. Le dispositif d'évaluation est composé d'exercices, de cas pratiques et prend la forme d'un quizz pour valider les acquis de la formation. Une attestation de réalisation est remise à chaque participant à l'issue de la formation.

Accessibilité aux personnes en situation de handicap :

Cette formation est ouverte au plus grand nombre, et notamment aux personnes en situation de handicap. Une attention particulière sera portée, dans le cadre du processus d'inscription, pour comprendre la nature de la situation de handicap et envisager les modalités d'adaptation ou de compensation les plus adéquates. N'hésitez donc pas à nous contacter pour en discuter ensemble, en toute confidentialité.

Contact :

Contactez nous :
07 80 91 18 65
Formations@ebg.net