

Intelligence émotionnelle au travail

OBJECTIFS

Selon le forum économique mondial, 35% des compétences dont nous avons actuellement besoin dans l'exercice de notre fonction ne restent pertinentes que pendant 5 ans. D'autres compétences deviennent plus importantes pour faire face à la révolution (technologique) à laquelle nous sommes aujourd'hui confrontés. L'une de ces "nouvelles" compétences est l'intelligence émotionnelle. Il sera attendu des collaborateurs qu'ils puissent composer avec les émotions des autres afin d'atteindre les résultats demandés et d'affronter toutes les évolutions.

L'objectif de cette formation est le suivant :

- Découvrir ce qu'est l'intelligence émotionnelle ;
- Comprendre l'importance de l'intelligence émotionnelle ;
- Apprendre comment l'intelligence émotionnelle peut contribuer au bon déroulement du travail ;
- Acquérir des compétences et des techniques pour améliorer sa propre intelligence émotionnelle.

RESUME

Catégorie:

- Développement personnel

Niveau:

Basique

Type de formation:

Webinaire en direct

Prix:

Les directives de tarification conjointe sont appliquées dans le cadre d'une initiative conjointe.

PUBLIC

La formation peut être suivie par différents groupes cibles, c'est-à-dire par toute personne qui, au sein du secteur, est régulièrement en contact avec des clients, des collègues et des collaborateurs. S'adresse tant aux collaborateurs occupant une fonction de cadre qu'aux non-cadres.

CONNAISSANCE PRÉ-REQUIS

Basic level : Vous ne devez pas disposer de connaissances préalables pour suivre cette formation.

PROGRAMME

Contenu

- Que signifie "intelligence émotionnelle"?

- Différents types d'intelligence
- Les 5 piliers de l'intelligence émotionnelle
 - Pilier 1 : être conscient de ses propres émotions
 - Pilier 2 : gérer ses propres émotions
 - Pilier 3 : être résilient
 - Pilier 4 : être empathique
 - Pilier 5 : disposer d'aptitudes sociales

Aspects pratiques

- **Durée** : 1/2 journée de formation
- **Heures** : 10:00 à 12:00 (2 heures de formation par jour)
- **Lieu**: Cette formation est donnée en ligne

MÉTHODOLOGIE

Un « **Webinaire en direct** » se suit en groupe. C'est « learning-apart-together ». À un moment convenu, le professeur et les participants se connectent à un outil de vidéoconférence, chacun à l'endroit où il se trouve et avec son propre ordinateur. Grâce à la caméra, au microphone et à la fonction chat de cet outil, il existe des possibilités d'interaction et de feed-back, tant des participants à l'enseignant qu'inversement. Le matériel didactique se compose comme base d'une présentation via la plateforme d'apprentissage MyFA, complétée de supports divers tels que syllabus numérique, présentation, extraits audiovisuels...

Type de formation :

Durant nos formations, nous sommes aussi proches que possible de la pratique professionnelle quotidienne. L'accent est mis sur les conseils pratiques, les schémas faciles et les situations ou cas reconnaissables. Des missions pratiques en petits groupes permettent aux participants de réfléchir à certains aspects du thème abordé. Après le feed-back du groupe et du formateur, celles-ci peuvent éventuellement être élaborées d'avantage.

L'objectif final de chaque trajet d'apprentissage est la mise en pratique des notions et techniques enseignées. Des objectifs d'apprentissage et de changement spécifiques, qui s'inscrivent dans une certaine culture organisationnelle, sont convenus préalablement avec le client. Pour ce faire, nous nous basons entre autres sur le modèle à 8 champs (professeur Kessels) où, outre les objectifs d'apprentissage, des critères d'évaluation sont également fixés. Plus cela se passe concrètement, plus facilement nous pouvons ensuite évaluer si le résultat visé a été atteint.

à partir de cette approche, nous avons défini plusieurs points de départ :

- L'apprentissage se fait en différentes phases : avant - pendant - après
- L'apprentissage se fait dans un contexte impliquant différents acteurs
- L'apprentissage doit avoir un impact : blended & brain based learning

Matériel de formation:

- Syllabi
- Présentation PowerPoint
- Vidéo