

# Programme de formation

Renforcer son intelligence Émotionnelle au service de son management

## L'intelligence émotionnelle



**Eugénie DUTHILLEUL**  
Formatrice et dirigeante



En présentiel



2024

22 mars  
06 juin



1 jour (7 heures)



Boulogne-sur-Mer



Prérequis :

Aucun prérequis



Tout collaborateur encadrant  
une équipe (hiérarchique  
ou projet).

Managers, responsables de service,  
chefs d'équipes, chefs de projet



550€ H.T. par personne

*hors frais de restauration*

Tarif pour les particuliers : nous contacter



Accessibilité et adaptation possibles  
sur demande

### Validation

Attestation de participation

### Modalités de suivi et d'évaluation

- Feuilles de présence
- Quiz
- Enquête de satisfaction

### Modalités et délais d'accès pour l'entrée en formation

Entretien téléphonique individuel,  
avant le démarrage de la session.

### Objectifs pédagogiques

- Décoder ses émotions pour mieux les gérer
- Développer son leadership grâce à l'Intelligence Emotionnelle
- Maintenir ou rétablir son équilibre émotionnel dans les situations managériales délicates
- Prendre en compte l'impact des émotions sur la performance de l'équipe
- Prendre en compte les émotions individuelles et collectives.

### Contenu de la formation

#### Prendre en compte la dimension émotionnelle du management

Identifier les différentes facettes des émotions

Prendre conscience de ses émotions et la gestion de celles-ci

#### Mieux se connaître face aux émotions

Identifier vos domaines de fluidité, vos axes d'amélioration  
en intelligence émotionnelle

Identifier vos schémas de pensée qui orientent les comportements  
et les modifier

#### Prendre en considération les émotions de ses collaborateurs

Accueillir les émotions de vos collaborateurs, sans être perturbé

Développer l'empathie, l'écoute active, la compréhension du point de vue  
de l'autre

Désamorcer les situations difficiles

Gérer vos émotions dans la relation et installer une dynamique de réussite

#### Manager les émotions collectives

Positiver les relations au sein du groupe

Utiliser l'intelligence émotionnelle sur la cohésion, la motivation  
et l'intelligence collective

### Moyens et méthodes pédagogiques

Pédagogie active et participative

Alternance de jeux de rôle, mises en pratique et entraînement

Echange d'expériences

Assessment - rapport détaillé

Support pédagogique

Elaboration d'un plan d'actions individuel



Les +

#### Percutante

Prise de conscience  
permettant des modifications  
de comportement significatives

#### Pragmatique

Test EIQ et rapport détaillé  
pour un plan d'action  
individualisé

#### Pertinence

Meilleure gestion du stress  
et de l'incertitude



**PERFORMANCE PRO**  
VOS TALENTS RÉVÉLÉS

**Contact : Eugénie DUTHILLEUL**

06 89 77 97 09 - eugenie@performance-pro.fr

1 parc des 4 Moulins - 62200 Boulogne sur Mer

RCS Boulogne sur Mer 901 529 198 | SIRET 901 529 198 00011 | N° TVA Intracommunautaire FR44 901 529 198

APE 7022Z | SAS au capital social de 1500€ | N° d'Activité : 32 62 03341 62 auprès du préfet de région Hauts-de-France

Demande d'inscription

