

LEADERSHIP DES EMOTIONS

par Sylviane RETUERTA

Parce qu'une entreprise est un système, les compétences sur la gestion des émotions du dirigeant ont un impact majeur sur la performance de tous les acteurs qu'il dirige (directement ou indirectement) et donc du projet.

Pour bien accompagner une équipe et obtenir des résultats optimaux, il est donc primordial de développer les compétences émotionnelles (personnelles et relationnelles). C'est l'objet de cette formation.

FORMATEUR/TRICE

SylvianeRetuerta - Coach d'Affaires Internationale, Formatrice, Conférencière (Québec-France)

Après une expérience de plus de vingt années dans le domaine du marketing et du management sur différents continents, Sylviane est avant tout une personne orientée résultat. C'est dans la pratique et sur le terrain (en tant que dirigeante) qu'elle a développé son savoir-faire entrepreneurial et sa connaissance du monde des affaires et du management.

Après plus de dix années de formation en développement du potentiel des individus, elle se consacre aujourd'hui au développement du potentiel des leaders, de leur(s)équipe(s) et de leur projet d'entreprise.

Son objectif : augmenter auprès de chaque individu la conscience de soi en cultivant les forces et éliminant les obstacles mentaux ou émotionnels rencontrés.

Les résultats : une transformation durable des individus et des groupes engendrant une performance accrue au sein de l'entreprise

Sa spécialisation : mettre son expérience et ses compétences au service des individus et des stratégies d'entreprise pour atteindre « la Performance Harmonieuse ».

OBJECTIFS, BENEFICES

- Comprendre le processus émotionnel et maîtriser ses émotions pour accroître son efficacité •
- Développer estime-confiance et affirmation de soi pour un plus grand accomplissement personnel •
- Parfaire sa communication et ses aptitudes relationnelles
- Gérer stress et conflit pour optimiser ses relations

CONTENU, PROGRAMME

Un déroulé progressif qui permet de comprendre le processus des émotions, l'impact des émotions sur la qualité de la vie et des relations et de se constituer une trousse à outils riche et complète pour être plus efficace, plus performant et booster sa confiance.

Jour 1

- o Comprendre le processus émotionnel et agir efficacement
- 1. Intelligence et émotions
- 2. Rôle et déclencheurs des émotions
- 3. Conscience de soi
- 4. Impact des émotions sur les capacités intellectuelles
- 5. Régulation des émotions pour une meilleure efficacité

Jour 2

o Consolider son estime et sa confiance en soi pour un plus grand épanouissement personnel et professionnel

1. Éliminer les barrières psychologiques pour réaliser son plein potentiel
2. Apprendre à maîtriser les émotions
3. Développer des relations harmonieuses
4. Savoir déclencher un état émotionnel optimal pour appréhender toutes situations délicates

Jour 3

o Appliquer techniques et outils de l'Intelligence Émotionnelle pour un succès en toute situation

1. Accueillir les divergences d'opinions et les gérer efficacement
2. Maîtriser les techniques de communication
3. Transformer le stress en moteur de performance

AXES DE PROGRÈS Après la formation, les stagiaires

- auront acquis des compétences émotionnelles.
- auront accru leur confiance et leur estime de soi,
- sauront mieux gérer leurs émotions et leurs réactions émotionnelles ainsi que leur stress. •
- auront également développé la capacité à mieux interagir avec les autres dans les situations difficiles et acquis plus d'assurance dans leur communication.

METHODE ET OUTILS PEDAGOGIQUES

Une pédagogie inspirée des dernières approches nord-américaines en EQ (Emotional Quotient) et en développement de leadership
Une approche orientée résultats concrets et durables
Un parcours pratique (tant sur le plan personnel que professionnel) et original avec de nombreuses mises en situations, des jeux de rôles et un plan de développement personnel.

