

Intelligence émotionnelle au travail

OBJECTIFS

Ce n'est pas pour rien que le collaboratif est mentionné comme l'une des compétences les plus importantes du moment. Le travail en équipe nous permet de nous adapter rapidement, d'innover et de travailler plus efficacement. De plus, nous sommes tous de plus en plus à la recherche d'un sentiment d'appartenance au sein de l'entreprise. Tout cela demande une action émotionnellement intelligente.

Cela signifie que nous connaissons nos propres ambitions et motivations, que nous comprenons et pouvons percevoir les émotions de nos collègues et combiner le tout afin d'atteindre un objectif commun. La bonne nouvelle, c'est que c'est quelque chose que nous pouvons 'entraîner'!

L'objectif de cette formation virtuelle est le suivant:

- la réflexion à l'effet de votre intelligence émotionnelle sur votre vie professionnelle;
- la connaissance de soi et l'autorégulation ;
- la compréhension du point de vue de votre interlocuteur
- la capacité de vous parler ouvertement, que vous pourrez atteindre ensemble cet objectif commun.

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, lesquels comprennent entre autres des personnes travaillant en tant que:

- collaborateur;
- manager.

CONNAISSANCE PRÉ-REQUIS

Basic level : enseignement de concepts principalement théoriques visant à présenter une vision générale (initiation).

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

PROGRAMME

CONTENU

Au cours de ce voyage d'apprentissage virtuel, nous examinerons comment vous pouvez utiliser l'intelligence émotionnelle comme force motivationnelle :

- QE comme talent du futur?
 - L' utilité du QE sur le lieu de travail?
 - Une quête vers 'l'appartenance'?
- Me, myself and I:
 - Connaissance de soi : quel est mon mode d'emploi?
 - Auto-régulation : comment puis-je me contrôler?
- Se connecter à autrui:
 - Empathie pour les 'dummies'
 - Faire face aux vents contraires
 - Exprimez une critique constructivement

Un moment de Q&A est proposé à la fin de la session

INFORMATIONS PRATIQUES

Durée: 2 heures de formation en classe + 2 heures e-learning

Heures: de 10h à 12h

Préparation des participants :

Lire l'incitant d'apprentissage (par email) et télécharger le e-book.

Infos supplémentaires

Comment bien démarrer votre webinaire? Vous recevez un login et un mot de passe préalablement par e-mail afin d'obtenir votre accès à notre plateforme. Dans la plateforme vous trouverez un lien, en cliquant dessus à la date prévue le webinaire se démarre via Webex. Il est important de vous connecter à Webex sous votre propre nom. Veuillez ne pas suivre cette formation à plusieurs participants sur un même PC.

Pour suivre le webinaire, vous avez besoin de: votre ordi/tablette, une connexion internet et la possibilité d'allumer le son.

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 : Live Webinaire

Pendant le **Live Webinaire de 2 h** vous voyez en direct la présentation et le formateur via votre écran. Vous pouvez interagir avec le formateur et lui poser vos questions.

Matériel de formation :

- Présentation PowerPoint
- E-book avec résumé et exercices
- Incitant d'apprentissage avant la formation avec lien, des conseils et des astuces .
- Incitant d'apprenstissage après la formation avec des exercices complémentaires, des conseils et des astuces.
- Bibliothèque en ligne.