

OBJECTIFS

À l'issue de cette formation, l'apprenant saura déployer son intelligence émotionnelle pour mieux vivre ses émotions.

COMPÉTENCES – CAPACITÉS ATTESTÉES

- Prendre conscience de soi, de ses atouts et de ses vigilances dans son rapport aux émotions au service de sa qualité de relation
- Renforcer son intelligence émotionnelle pour enrichir ses relations interpersonnelles et mieux gérer tous types de situations de crises
- Mettre en œuvre des méthodes pour ancrer des réflexes et de nouvelles habitudes
- Élaborer un plan d'action individualisé pour progresser dans sa gestion des émotions au service de sa Qualité de Vie au Travail et de son efficacité

PUBLIC

Dirigeant de Pompes Funèbres, Conseiller funéraire, Maître de cérémonie, Opérateurs funéraires

CONTENU

Les fondamentaux de l'Intelligence Émotionnelle

- Définir ce qu'est une émotion, comment elle naît et son utilité
- Identifier les cinq compétences caractéristiques de l'Intelligence Émotionnelle
- Cerner son profil émotionnel afin de déterminer les zones d'aptitudes et les domaines à développer

Conscience de soi et Motivation

- Identifier les représentations et les freins de chacun sur la communication et les émotions
- Découvrir la méthode OPR® basée sur les préférences cérébrales et renforcer la connaissance de soi
- Appréhender son mode de fonctionnement, l'impact de celui-ci sur son rapport aux émotions et ses zones privilégiées de motivation

Empathie, Auto-régulation et Aptitudes sociales

- Définir ce qu'est et ce que n'est pas l'empathie
- Trouver la juste posture et développer ses capacités d'écoute
- Aborder le cas des émotions cachées, comment les identifier et les réguler
- Percevoir le lien entre émotions et valeurs
- Découvrir les fondamentaux de la Communication Non-Violente
- Partager sur le concept de Positions de Vie
- Renforcer son assertivité et faire preuve de courage managérial

Ressources et mise en action

- Nourrir positivement ses émotions et explorer des pistes concrètes
- Élaborer un plan d'actions individualisé à mettre en œuvre à l'issue de la formation

DURÉE : 2 jours, soit 14 heures en présentiel

MOYENS – MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

- Restitution individuelle de son profil OPR® avant la formation et remise d'un document de synthèse et de l'autoscopie de son profil personnel de communication
- Passation de l'auto-diagnostic Intelligence Émotionnelle en amont de la formation et restitution des résultats en collectif. Une formation coanimée par deux consultants experts
- Un format dynamique et interactif incluant constituée de 70 % de mise en application, de jeux et de pratique, soit à partir de situations exposées par les participants, soit sur la base de cas proposés par les intervenants
- Un livret pédagogique reprenant l'essentiel des connaissances à acquérir remis à chaque stagiaire à l'issue de la formation
- Une formation dispensée dans une salle prévue à cet effet. L'accès à un tableau dynamique et/ou interactif pourra être un plus, ainsi que la possibilité de disposer de plusieurs espaces distincts afin de travailler en petits groupes

PRÉREQUIS

Pas de prérequis

ASSISTANCE TECHNIQUE & PÉDAGOGIQUE

contact@ecole-funetique.fr

ACCESSIBILITÉ :

Établissements type ERP permettant accessibilité des handicapés

Référent handicap : handicap@ecole-funetique.fr

MODALITÉS D'ÉVALUATION :

Attestation de fin de formation

MOYENS D'ENCADREMENT :

Vis-à-vis du participant :

- Règlement intérieur
- Évaluation à chaud à la fin de la formation
- Enquête de satisfaction

Vis-à-vis des formateurs :

- Transmission du déroulé pédagogique
- Point en amont de la formation avec restitution du besoin client
- Point en fin de journée de formation, recueil des impressions, amélioration des points soulevés si nécessaires.
- « guide des formateurs » : Évaluations individuelles en fin de module de formation, recueil des impressions, régulation sur les autres journées en fonction de l'évolution pédagogique
- Débriefing sur l'analyse et proposition de modification si nécessaire