



Formation Courte

Intelligence émotionnelle

Conjuguer dimension émotionnelle et management

Mis à jour le 09/07/2026

A qui s'adresse la formation ?

Agents de direction

Durée

2 jours

Prix de la formation

Tarif inter 2026 : 1 100 €

Eligible Pass Pro

Lieu(x) des sessions

En présentiel à Saint Étienne

En présentiel à Paris

Déclinable sur mesure

Tarif sur demande

[Compléter le formulaire](#)

Objectifs

- Détecter et gérer des émotions dans son environnement professionnel
- Développer son intelligence émotionnelle : un véritable levier managérial
- Identifier et développer les compétences comportementales d'un manager leader

Pré-requis

Cette formation ne nécessite aucun prérequis

Programme

Reconnaitre les émotions

- Les compétences de l'intelligence émotionnelle : autodiagnostic et présentation des 5 axes de l'intelligence émotionnelle
- Définir et clarifier le lien entre les émotions et les comportements
- Prendre conscience de l'impact des émotions sur sa santé

Le management de la motivation et de l'engagement

- Gérer ses équilibres émotionnels et les équilibres émotionnels de ses collaborateurs
- Prendre soin de soi et de son état émotionnel pour favoriser des comportements individuels et collectifs positifs (motivation et engagement)
- Être à l'origine des états émotionnels positifs de ses collaborateurs

Le management de la relation

- Être ouvert aux émotions des autres
- Exprimer et partager les émotions
- Gérer les émotions en situation de tensions

Identifier ses propres pistes d'amélioration

Intervenants :

Consultant expert en management et leadership humaniste

Méthodes pédagogiques



Formation Courte

Intelligence émotionnelle

Conjuguer dimension émotionnelle et management

Mis à jour le 09/07/2026

- Apports pédagogiques en face à face
- Mise en pratique : travaux collectifs et/ou individuels, études de cas, quiz, mises en situation, jeux de rôle, ateliers
- Temps d'échange : partages de pratiques, co-développement

Évaluation

- Diagnostic de positionnement (auto-évaluation)
- Evaluation des acquis à l'issue de la formation (sommativ)
- Evaluation à chaud de la satisfaction

Compétences renforcées

- Faire preuve de leadership
- Œuvrer au développement des collaborateurs
- Imaginer, soutenir et mettre en œuvre des pratiques professionnelles innovantes
- S'adapter au changement

Les prochaines sessions

L'intelligence émotionnelle - Session 2

📅 Du 21 septembre 2026 · 09h30 au 22 septembre 2026 · 16h00

L'intelligence émotionnelle - Session 3

📅 Du 29 octobre 2026 · 09h30 au 30 octobre 2026 · 16h00

L'intelligence émotionnelle - Session 4

📅 Du 24 novembre 2026 · 09h30 au 25 novembre 2026 · 16h00

Contacts

Pour toute information, contactez en priorité nos assistant(e)s
Pour du sur-mesure ou des intras contacter les chefs de projets



AIT-OUBOU Hayat
Assistante de Formation

📞 0477811524
✉️ haitoubou@en3s.fr



EL FAKIRI Nohra
Cheffe de Projets

📞 06 14 43 15 39
✉️ nelfakiri@en3s.fr