

# Bien manager avec ses émotions

## Savoir construire un management positif au quotidien

### 180 Euros

Salariés : prise en charge possible par les organismes de financement de formation (O.P.C.A. Organismes Paritaires Collecteurs agréés).

### 14 Euros

Artisan ou conjoint-collaborateur : à la charge de l'entreprise, à verser au moment de l'inscription. L'écart avec le coût global est financé par le Conseil de la Formation avec une demande subrogation.  
**La CMA se charge de toutes les demandes de financement.**

#### Prérequis

Vient en complément de la formation « Gérer les conflits » ou « Manager »

#### Durée et horaires

1 jour (7 heures)

de 9h à 12h30 et  
de 13h30 à 17h00

#### Objectif général

Comprendre les ressorts de l'intelligence émotionnelle et savoir s'en servir dans les actes quotidiens.

#### Objectifs Pédagogiques

- Identifier ses propres émotions et les analyser
- Identifier les émotions des collaborateurs et les analyser
- Établir des relations positives par rapport aux situations rencontrées

#### 1<sup>ère</sup> journée :

##### Le circuit des émotions

- Définir les émotions de base
- Reconnaître les émotions sociales et associer les types de comportements
- Comprendre le mécanisme de l'émotion
- Procéder à l'identification de ses émotions
- Identifier ses besoins
- Comprendre les réactions du cerveau et du corps
- Accepter ses émotions et comprendre leur utilité

##### Les différents styles de leadership

- Reconnaître les différents types de management
- Identifier les intelligences multiples
- Définir l'intelligence émotionnelle
- Analyser et adapter sa communication
- Calculer son quotient émotionnel
- Optimiser les relations de travail de son équipe
- Pratiquer l'écoute active et analyser le comportement de l'autre
- Pratiquer un management émotionnel respectueux de soi et des autres
- Reconnaître un conflit et organiser une réponse construite

#### Renseignements inscription

Pour en savoir plus, contactez

vos conseillers au **02 47 25 24 36**

CMA37 : 36-42 Route de Saint-Avertin - CS 50412- 37204 TOURS CEDEX  
N° de déclaration d'existence : 24-37PO-01237- N°SIRET : 1837 0002 000013  
Email : [formation-continue@cm-tours.fr](mailto:formation-continue@cm-tours.fr) - site internet : [www.cma37.fr](http://www.cma37.fr)

Département Formation Continue  
Chambre de Métiers et de l'Artisanat d'Indre-et-Loire



# Bien manager avec ses émotions

## Savoir construire un management positif au quotidien

### Méthode et moyens pédagogiques

Méthodes participatives où les stagiaires sont acteurs de leur formation. Pédagogie active et ludique. Travaux de groupe, alternance de théorie et de mises en pratique. Echanges et partages d'expérience.

### Documents remis

Des supports illustrant les contenus et des fiches méthodes sont remis aux stagiaires.

### Public

Chefs d'entreprise, conjoints, salariés en charge de la gestion du personnel.

### Nombre de participants

8 à 10 stagiaires

### Dispositif d'informations et de positionnement des stagiaires

Un entretien **individuel est proposé** pour évaluer le besoin du stagiaire et l'orienter sur un parcours formation adapté.

Il est remis à chaque futur stagiaire **un programme détaillé**, les dates, les conditions financières de la formation, un bulletin d'inscription ou une convention de stage.

Un **questionnaire est complété** en amont pour chaque futur stagiaire, pour identifier son parcours passé, définir son objectif, positionner ses attentes afin de personnaliser et individualiser la formation. Ce questionnaire est ensuite confié au formateur. Toute information demandée à un stagiaire a un lien direct avec la formation et **reste confidentielle**.

### Prise en compte de l'appréciation des stagiaires

Une **boîte de réclamations suggestions** est à la disposition de tous les visiteurs, à l'accueil général de la CMA 37.

Lors de la dernière séance de la formation il sera demandé à chaque stagiaire de compléter **une enquête de satisfaction** sur le déroulement de la formation. Avec l'appui externe de la société **Formetris un questionnaire à « chaud »** est envoyé dans les 10 jours **puis un questionnaire à « froid »** dans les 2 mois après la formation.

### Evaluation des acquis de la formation

A la fin de la formation il est remis **une attestation** pour mesurer l'atteinte des objectifs pédagogiques, formulés en terme de « être capable de ». Elle **mesure les capacités développées en formation**, qui pourront être mises en oeuvre dans une situation sociale ou professionnelle, en fonction de l'environnement de l'entreprise. Cette évaluation est élaborée par le formateur à partir des situations pédagogiques utilisées et impliquant le stagiaire.

### Suivi Post Formation

**Un suivi individuel peut être proposé.** Le formateur intervient pour vous aider à mettre en place les outils et les méthodes étudiés. Le coût supplémentaire est facturé directement à l'entreprise (devis à demander).

### Bilan Pédagogique du stage

Le formateur établit un bilan pédagogique synthétique qui est transmis pour validation au responsable du service ou au coordinateur pédagogique.