

La compétence émotionnelle au travail

Description de l'atelier de travail

Innover avec cette nouvelle approche qu'est l'Indice de compétence émotionnelle au travail (ICET™). L'ICET résulte de la combinaison de plusieurs éléments : savoirs professionnels, savoir-faire relationnel, ressources émotionnelles telles que les perceptions et les ressentis émotifs. L'Indice se veut une photographie montrant l'état des émotions ressenties à un moment précis et fait ressortir huit dimensions démontrant le sentiment d'efficacité (auto-efficacité) à l'égard du travail. Observer le non observable pour agir où cela fait effet : voilà ce que propose l'Indice.

Présentation des objectifs

- Découvrir un nouveau concept de développement humain
- Appréhender sa réalité à partir de ses compétences émotionnelles au travail
- Identifier les facteurs influençant l'efficacité individuelle et collective

Le contenu

- Définir le sens afin d'atteindre les performances
- Croyances
 - Croyances limitatives vs croyances facilitatrices
- Les éléments composant le sentiment d'efficacité personnelle (SEP)
 - Mes sources nourricières du SEP
- Émotions
 - Les valences positives et négatives
 - Êtes-vous en danger?
 - Indice de dangerosité
- Votre indice de compétence émotionnelle au travail (ICET)

Les avantages pour vous, à la suite de cette formation

- Prendre conscience de l'impact des émotions que l'on vit sur notre efficacité
- Avoir un regard nouveau sur les facteurs influençant l'efficacité
- Être en mesure de mieux cibler les interventions d'amélioration
- Découvrir ses propres mécanismes de motivation

Méthodologie

1 jour de formation incluant des exposés théoriques, des exercices pratiques, des ateliers de discussion et des mises en situation

La clientèle visée

Tous ceux et celles qui désirent mieux comprendre et gérer l'impact des émotions sur l'efficacité au travail.