



MANAGEMENT INTELLIGENCE ÉMOTIONNELLE

Comprenez vos émotions, développez votre empathie et adoptez une communication constructive pour renforcer la qualité de vos relations professionnelles.



DURÉE
2 jours
(14 heures)



PUBLIC
Managers



NIVEAU
Intermédiaire



TARIF
790 € HT
par personne

OBJECTIFS OPÉRATIONNELS

- ✓ Identifier ses émotions et leur impact.
- ✓ Gérer les situations de stress avec sérénité.
- ✓ Développer son empathie.
- ✓ Adapter sa communication aux émotions de ses collaborateurs.
- ✓ Renforcer la qualité des relations professionnelles.

VOUS REPARTEZ AVEC

-  Un auto-diagnostic émotionnel.
-  Un plan d'amélioration relationnelle.
-  Des techniques de régulation du stress.
-  Des outils de communication constructive.
-  Une attestation de fin de formation.



INTER/INTRA

Formation sur mesure
dans vos locaux
ou les nôtres.



FINANCEMENT OPCO

Nous vous accompagnons
dans vos démarches
de prise en charge.



QUALITÉ CERTIFIÉE

Organisme de formation
certifié Qualiopi



NOUS CONTACTER

02 69 60 08 92

Lundi - Vendredi : 8h00 - 16h00



contact@institutdeformationwakati.com



www.institutdeformationwakati.com



Institut de Formation WAKATI
Mayotte

PROGRAMME DÉTAILLÉ & INFORMATIONS QUALIOPI



DOMAINE
Management



RÉFÉRENCE
MAN-INT-01



DURÉE
2 jours (14 heures)



TARIF
790 € HT
par personne



PUBLIC CONCERNÉ

Managers
Responsables
Chefs d'équipe
Encadrants
Coordinateurs



PRÉREQUIS

Aucun prérequis



MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- > Exercices pratiques
- > Auto-diagnostic
- > Mises en situation
- > Échanges d'expériences
- > Débriefings collectifs



MODALITÉS D'ÉVALUATION

- > Mises en situation
- > Débriefing des comportements
- > Auto-évaluation
- > Questionnaire de satisfaction



PROGRAMME EN 5 MODULES

01

COMPRENDRE SES ÉMOTIONS

- Identifier ses émotions
- Comprendre leur rôle
- Mesurer leur impact
- Développer la conscience de soi

02

GÉRER LE STRESS

- Identifier les signaux d'alerte
- Prendre du recul
- Réguler ses émotions
- Réagir avec sérénité

03

DÉVELOPPER SON EMPATHIE

- Comprendre le vécu des autres
- Identifier les émotions exprimées
- Adapter son attitude
- Renforcer la confiance

04

COMMUNIQUER AVEC INTELLIGENCE ÉMOTIONNELLE

- Exprimer ses émotions avec justesse
- Accueillir celles des autres
- Favoriser un dialogue constructif
- Désamorcer les tensions

05

RENFORCER SA POSTURE MANAGÉRIALE

- Développer des relations durables
- Accompagner avec bienveillance
- Gérer les situations sensibles
- Élaborer son plan de progression



MOYENS PÉDAGOGIQUES

- > Salle équipée
- > Supports numériques
- > Études de cas
- > Exercices pratiques
- > Travaux en groupe



MODALITÉS D'ACCÈS

Inscription possible jusqu'à 7 jours
avant la session sous réserve
de places disponibles

Dates et sessions disponibles
sur demande



ACCESSIBILITÉ HANDICAP

Formation accessible aux personnes
en situation de handicap.

Contactez notre référente handicap
afin d'étudier les adaptations possibles.

RÉFÉRENTE HANDICAP

Chamssia Mohamed

06 39 94 95 73

direction@instituteformationwakati.com



SANCTION DE LA FORMATION

Attestation de fin de formation
remise à chaque participant ayant
suivi l'intégralité de la formation.



FINANCEMENT

Formation éligible aux financements
mobilisables selon votre situation :

- OPCO
- Plan de développement des compétences
- Employeur
- France Travail



INDICATEURS QUALITÉ WAKATI (2025)

87%

Satisfaction
globale

83%

Taux de
recommandation

100%

Taux de
complétion

85%

Insertion
professionnelle



Former. Structurer. Transformer

Des formations opérationnelles,
conçues pour les réalités de Mayotte.