

PROGRAMME DE FORMATION

CERTIFICATION EQ-i NIVEAU 2, L'INTELLIGENCE ÉMOTIONNELLE EN COLLECTIF

OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Utiliser la dynamique de l'EQ-i en collectif
- Animer une formation autour de l'EQ-i interactive, captivante et mémorable
- Intégrer les différentes personnalités au sein d'un groupe, connecter avec chacune
- Créer une bonne dynamique
- Inspirer les participants, en leur donnant l'envie d'apprendre
- Lancer, animer et débriefier les activités collectives autour de l'EQ-i proposées dans la « Box Intelligence Emotionnelle »
- Intégrer les méthodes et supports pour animer les différentes activités

PROGRAMME DE LA FORMATION

CONTENU DE L'ACTION	Voir programme détaillé en dernière page
PUBLIC CIBLE ET PRÉ-REQUIS	<ul style="list-style-type: none"> • Les professionnels de l'accompagnement : coachs, formateurs, psychologues, RRH, psychothérapeutes... • Être certifié à l'EQ-i et avoir eu son diagnostic et debrief EQ-i
DUREE ET PERIODE DE LA FORMATION	<p>7H de formation incluant :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Module de formation en collectif en présentiel (7h)
LIEU DE LA FORMATION	Formation en présentiel
MOYENS PÉDAGOGIQUES	<p>La formation alterne des apports théoriques et des ateliers de mises en pratique individuels ou en sous-groupe :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Un apport théorique apporté par le formateur à travers un support de formation, la box « Intelligence Émotionnelle » et le livret participant I FEEL. • Une mise en pratique à travers des ateliers et exercices en sous-groupe. • Points réguliers de compréhension et actions de remédiation le cas échéant, individuelles ou collectives • Écoute active, questionnement, accompagnement, pilotage, analyse, restitution, debrief
PROFIL DES FORMATEURS	<p>Animation suivant disponibilité par :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Claire Baran, formatrice/consultante certifiée EQ-i • Raphael Bensaid, formateur/consultant certifié EQ-i

	<ul style="list-style-type: none"> • Catherine Denner, formatrice/consultante certifiée EQ-i • Lucie Lauras, formatrice/consultante certifiée EQ-i
--	--

MODALITES D'ORGANISATION, D'EVALUATION ET DE SANCTION

MOYENS DE DEROULEMENT	<p>Formation inter-entreprise (8 à 12 participants) en présentiel :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tout au long de la formation, le formateur s'appuiera sur des supports de formations partagés avec les stagiaires (présentations powerpoint, box « Intelligence Émotionnelle » et livret I FEEL). • En fin de formation, envoi de supports reprenant les éléments essentiels de la formation de manière dématérialisée (envoi par mail ou sur l'espace extranet digiforma). La box « Intelligence Émotionnelle » est remise à chaque participant.
MOYENS DE SUIVI	<ul style="list-style-type: none"> • En amont de la formation, envoi d'un questionnaire de pré-positionnement pour évaluer les compétences du participant • Suivi de la participation : <ul style="list-style-type: none"> ○ Émargement des présences des participants réalisé à travers la signature de feuilles de présence par demi-journée
EVALUATION DE LA FORMATION	<p>Un questionnaire de satisfaction à chaud est envoyé à chaque participant en fin de formation via Digiforma. Cette évaluation est remise au formateur pour étude, suivi statistiques et mise en place d'actions correctives et tracées le cas échéant.</p>
MOYENS DE SANCTION	<ul style="list-style-type: none"> • Mise en œuvre de cas pratiques • QCM en fin de formation pour valider les acquis • En fin de formation, il est remis à chaque participant(e) l'attestation de fin de formation précisant le niveau d'acquisition des compétences et des connaissances en cohérence avec les objectifs visés.

PROGRAMME DE FORMATION DETAILLE		
Thème	Séquence	Objectif
Introduction	<ul style="list-style-type: none"> Présentation du formateur et des participants Tour de table des attentes Présentation du déroulé de la formation, de ses objectifs, du programme, inclusion du groupe 	Faire corps
Ice breaker : Citations émotions	<ul style="list-style-type: none"> Activité ludique pour se connaître sous un autre angle Ressentir et partager une émotion Créer un environnement d'ouverture et d'échange 	Mettre les participants à l'aise et en mode « actif »
Ingrédients d'une journée réussie	Coconstruire les règles et le cadre de la formation. En Pop-up	Implicite -> explicite Applicable au groupe
A chacun ses émotions	<ul style="list-style-type: none"> Un stimuli extérieur (image) n'est pas simple à déchiffrer et provoque des émotions différentes Incitation à l'expression de ses émotions 	Interprétation des émotions
Le bingo des émo	<ul style="list-style-type: none"> Jeu de bingo Découverte des différentes familles d'émotions Nécessité des émotions Message derrière les émotions 	<ul style="list-style-type: none"> Emotions primaires Intensité des émotions Besoins derrière les émotions
Cocktail d'émotions	<ul style="list-style-type: none"> Jeu de construction en équipe. Stimulations au cours du jeu : <ul style="list-style-type: none"> Notion de Challenge/défi, Changement de règles Changement d'équipe Réduction des moyens Résultat aléatoire/injuste 	<ul style="list-style-type: none"> Interactions et émotions dans le travail en équipe Prise de conscience des différentes émotions ressenties au cours du jeu et selon les participants Nécessité de renforcer la relation
Memo Emo	<ul style="list-style-type: none"> Expliciter et décrypter des situations difficiles Rechercher de comportements opportuns Impact du stress et des émotions désagréables sur la prise de décision 	Mesurer l'importance des émotions et questionner les manières de gérer les situations difficiles
L'intelligence émotionnelle	<ul style="list-style-type: none"> Présentation de la roue, ses échelles et sous-échelles Pourquoi développer son intelligence émotionnelle 	Découvrir l'outil EQ-i
Emo croisés	Vocabulaire de l'IE et introduction des liens en tre compétences	Faciliter la compréhension et l'appropriation des 15 compétences
Emo Equilibre	Etude de plusieurs déséquilibres, puis équilibres entre compétences de l'EI	Intégrer la notion d'équilibre entre les émotions

Et moi, et moi, émoi	Découvrir ses compétences fortes et basses	Mieux connaître ses schémas émotionnels
Y a de la joie !	<ul style="list-style-type: none"> • Invitation au partage d'émotions positives • Bénéfices personnels et collectifs 	La contagion des émotions
Plan d'action	<ul style="list-style-type: none"> • Temps d'introspection et de questionnement • Renforcement de l'engagement 	Ancrer la réflexion dans des actions concrètes
Happy end	<ul style="list-style-type: none"> • Feedback individualisé et positif • Renforcement de l'équipe et de la relation 2 à 2 • Remise du poster en cadeau souvenir 	Ancrer une émotion positive comme souvenir de cette journée
Conclusions de la journée	Partage en plénière sur les moments forts de la journée	