

## Formation

### Développer son intelligence émotionnelle et relationnelle

<b>Durée de la formation :</b>	10 heures
<b>Date de la session :</b>	du 10/06/2024 au 11/06/2024
<b>Dates précises :</b>	LUN 10/06 ap.midi + MAR 11/06 journée
<b>Horaires de la session :</b>	10/06 : 13h30-17h00 - 11/06 : 9h30-16h30
<b>Lieu :</b>	Univ. Bordeaux - Talence - Bâtiment A30 LABRI - Salle 75 au Rdc à droite
<b>Nombre de places maximum :</b>	12
<b>Formateur(s) :</b>	Morgane LE PENNEC
<b>Prérequis sur cette formation :</b>	Aucun
<b>Public ciblé :</b>	Personnels encadrants hiérarchiques
<b>Public prioritaire :</b>	Personnels de l'université de Bordeaux et encadrants hiérarchiques
<b>Date limite d'inscription :</b>	<b>17/05/2024</b>

#### Objectifs :

- Développer sa conscience de soi et des autres : comment identifier les émotions et comprendre les besoins personnels sous-jacents ?
- Progresser dans la maîtrise de soi : comment dépasser la réaction émotionnelle pour agir de manière plus responsable et réfléchi ?
- Développer ses compétences sociales : comment considérer l'autre avec empathie, comprendre son fonctionnement et entretenir des relations saines et constructives ?

#### Programme :

Venez relever les défis du management grâce à l'intelligence émotionnelle !  
Apprenez à vous préserver et à entretenir des relations saines et constructives avec vos collaborateurs.

Cette formation vise à développer votre intelligence émotionnelle et vos capacités relationnelles grâce à des méthodes, outils et exercices pour gérer la dimension émotionnelle du management.

#### Pour tout renseignement complémentaire :

Chargé(e) de formation : <mailto:laure.franco@u-bordeaux.fr>  
Pôle AGRH - service développement des compétences

Retrouvez le détail des sessions proposées et inscrivez-vous sur [FormAction](#)  
et toutes les infos sur [l'intranet](#)