

Employee Emotional Intelligence

Durée: 1 Jour Réf de cours: GK831175

Résumé:

Exclusive - Unlock Your Emotional Intelligence for Workplace Success!

Step into the "Employee Emotional Intelligence" workshop—a transformative, hands-on experience designed to help you master the art of self-awareness, stress management, and positive communication. In just one day, you'll discover practical strategies to manage emotions, build stronger relationships, and handle workplace challenges with confidence and empathy. Whether you're looking to give assertive feedback, boost your resiliency, or navigate conflict with ease, this workshop delivers actionable tools and real-world insights for personal and professional growth. Elevate your impact and create a more harmonious, productive work environment—join us and unleash your emotional intelligence!

Updated 21/04/2026

Public visé:

Professionals who want to foster stronger workplace relationships, communicate with clarity and empathy, and inspire trust to drive meaningful results. This session is ideal for those seeking to elevate their impact, boost collaboration, and lead with emotional intelligence.

Objectifs pédagogiques:

- After completing this course, participants will be able to
 - Enhance self-awareness while identifying strategies to manage emotions
 - Discover how EI can help develop more positive relationships at work
 - Explore ways to give assertive feedback, deal with stress and enhance resiliency

Pré-requis:

No formal prerequisites; basic communication or workplace interaction experience is recommended.

Test et certification

- None

Après cette formation, nous vous conseillons le(s) module(s) suivant(s):

- GK831172 - Strong and Effective Negotiations
- GK831173 - Growing Work Relationships at Work Positively
- GK831177 - Managing Challenging Conversations
- GK831174 - Performance and Employee Accountability

Contenu:

Module 1: Laying the Foundation

- Gain awareness of what EI means and how it can benefit individuals and organizations

Module 2: Managing Yourself

- Develop deeper self-awareness around personal triggers and the physiological impact
- Learn how to reframe one's thinking for better control

Module 3: Emotionally Intelligent Communications

- Understand how communication can be misinterpreted
- Enhance key communication skills to ensure one is being assertive in an interaction

Module 4: Building Interpersonal Skills

- Identify when someone else gets triggered and how to de-escalate a situation
- Enhance ways to express empathy
- Have a constructive conversation using the 4 step Feedback Loop
- Manage potential conflict more effectively

Module 5: Adaptability and Resiliency

- Better identify stress
- Strategically enhance resiliency

Module 6: Next Steps

- Apply EI to an upcoming situation
- Consider final takeaways

Autres moyens pédagogiques et de suivi:

- Compétence du formateur : Les experts qui animent la formation sont des spécialistes des matières abordées et ont au minimum cinq ans d'expérience d'animation. Nos équipes ont validé à la fois leurs connaissances techniques (certifications le cas échéant) ainsi que leur compétence pédagogique.
- Suivi d'exécution : Une feuille d'émargement par demi-journée de présence est signée par tous les participants et le formateur.
- En fin de formation, le participant est invité à s'auto-évaluer sur l'atteinte des objectifs énoncés, et à répondre à un questionnaire de satisfaction qui sera ensuite étudié par nos équipes pédagogiques en vue de maintenir et d'améliorer la qualité de nos prestations.

Délais d'inscription :

- Vous pouvez vous inscrire sur l'une de nos sessions planifiées en inter-entreprises jusqu'à 5 jours ouvrés avant le début de la formation sous réserve de disponibilité de places et de labs le cas échéant.
- Votre place sera confirmée à la réception d'un devis ou "booking form" signé. Vous recevrez ensuite la convocation et les modalités d'accès en présentiel ou distanciel.
- Attention, si cette formation est éligible au Compte Personnel de Formation, vous devrez respecter un délai minimum et non négociable fixé à 11 jours ouvrés avant le début de la session pour vous inscrire via moncompteformation.gouv.fr.

Accueil des bénéficiaires :

- En cas de handicap : plus d'info sur globalknowledge.fr/handicap
- Le Règlement intérieur est disponible sur globalknowledge.fr/reglement