

DÉVELOPPER SON AUTHENTICITÉ ET SON INTELLIGENCE ÉMOTIONNELLE

© CHRYSLIS CONSULTING

Formation inter/intra - Executive Education



PUBLIC : CADRES DIRIGEANTS

PRÉ-REQUIS : EXPÉRIENCE PROFESSIONNELLE

DURÉE : 4 JOURS + 1/2 JOURNÉE DE SÉMINAIRE DE
COHÉSION

MODALITÉS : PRÉSENTIEL GUADELOUPE

PRIX : 3360 €€ HT/ PARTICIPANT

FORMATION EXPÉRIENTIELLE

OBJECTIF GÉNÉRAL :
DÉVELOPPER SON AUTHENTICITÉ ET SON
INTELLIGENCE ÉMOTIONNELLE

OBJECTIFS :

- Devenir un leader charismatique
- Poser les fondations d'un leadership authentique :
bienveillance et estime de soi
- Mieux gérer ses émotions pour gagner en assertivité
- Entretenir des relations saines et développer son
intelligence émotionnelle.



Votre formatrice d'exception :
Mme Fabienne ALVAREZ,
Coach professionnel certifié RNCP
Maître de conférence à l'Université des Antilles.
Enseignant chercheur en management, innovation
sociale en PME et fondatrice de Chrysalis
Consulting.
Consultante OHM Compétences

4 JOURS DE FORMATION EN PRÉSENTIEL :

1. Devenir un leader charismatique

- Comprendre la valeur ajoutée du leadership authentique, valoriser ses atouts
personnels par la mise en situation, identifier ses marges de progrès, fixer les
objectifs de son plan d'évolution personnel

2. Poser les fondations d'un leadership authentique : bienveillance et estime de soi

- Connaître les fondements de la bienveillance, comprendre les dimensions de
l'estime de soi, faire son bilan personnel et identifier ses marges de progrès

3. Mieux gérer ses émotions pour gagner en assertivité

- Faire le point sur son assertivité, comprendre la dynamique des émotions, faire
le point sur sa gestion personnelle des émotions et ses blocages émotionnels,
identifier ses besoins, savoir exprimer son ressenti

4. Entretenir des relations saines et développer son intelligence émotionnelle

- Améliorer la qualité de ses relations interpersonnelles, développer et renforcer
son intelligence émotionnelle

CALENDRIER :

PRÉSENTIEL AU RELAIS
DU MOULIN À SAINTE-
ANNE :
SESSION 1 :
DÈS LE 11 JUIN



LE RELAIS
DU MOULIN
HÔTEL DE CHARME & SPA

FORMATION
EN PRÉSENTIEL

CONTACT :

A. MONTHIEUX / 0690843748

astrid.monthieux@ohm-competences.fr