



DEVELOPPEMENT DES COMPETENCES

COMPORTEMENTALES

FICHE PROGRAMMATION

INTELLIGENCE EMOTIONNELLE ET GESTION DE CRISE

Public

Tout public

Prérequis

Aucun

Objectifs pédagogiques

- Identifier, analyser et comprendre chez soi et autrui, les émotions déclenchées dans un contexte de crise vécu ou anticipé.
- Développer son intelligence émotionnelle pour être flexible face à une gestion de situation stressante et à fort enjeu.
- Devenir acteur d'une contagion émotionnelle soutien à la gestion collaborative de la crise.

Contenu

Identifier, comprendre et analyser le rôle des émotions en situation de crise

- comprendre l'émotion comme concept différencié dans l'angle d'une gestion de crise,
- cartographier émotionnellement une situation de crise selon ses caractéristiques propres (inattendu, stressante, anxiogène...),
- percevoir et analyser les émotions émergentes sous stress chez soi et autrui et comprendre leur rôle soutien ou poison dans le contexte situationnel,
- anticiper la chronologie émotionnelle face à une situation pour rester fonctionnel.

Réguler les émotions chez soi et autrui pour en faire un support aux décisions et actions lors de la gestion de crise.

- amplifier, diminuer, modifier les émotions chez soi et chez les autres selon l'objectif de sortie de crise,
- comme toute gestion du risque, décortiquer le processus émotionnel pour développer les mécanismes les 3 phases de régulations possibles, en prévention, mitigation et récupération,
- développer plusieurs stratégies de régulation chez soi et collectivement pour limiter les réactions dysfonctionnelles.

Développer sa propre flexibilité comportementale selon son vécu professionnel

- développer une contagion émotionnelle vertueuse et protectrice pour une gestion performante et résiliente.

| Lieu | Qualification de l'intervenant | Date | Durée | Coût | Code |
|--------|--|------------|-------|----------|------|
| Nouméa | Formateur(trice) en développement personnel | 19/05/2025 | 14 h | 69 000 F | 4919 |
| Nouméa | Formateur(trice) en développement personnel | 02/10/2025 | 14 h | 69 000 F | 4919 |

Retrouvez toute l'offre de services CCI sur le site www.cci.nc

Contact :

Province Sud

☎ 24 31 35

Province Nord

☎ 42 68 20

✉ entreprises@cci.nc

✉ formation-nord@cci.nc