Votre Profil en Intelligence émotionnelle & sociale

DEVELOPPER son LEADERSHIP grâce à son INTELLIGENCE EMOTIONNELLE

Méthodes et outils pour gérer les relations à fort enjeu émotionnel

KERNAC consulting

« Dans les domaines que j'ai étudiés, l'intelligence émotionnelle est bien plus cruciale que le QI pour déterminer les dirigeants de demain. Le QI est une compétence seuil ; il la faut, mais elle seule ne fait pas de vous une star. En revanche l'Intelligence Emotionnelle le peut ».

Ces paroles sont celles de Warren Bennis, l'un des plus grands auteurs chercheurs au monde, et l'une des références en matière de leadership.

L'intelligence émotionnelle et sociale est la capacité à prendre conscience de ses émotions et de celles des autres à un moment précis et à utiliser cette information pour mieux se gérer soi-même et ses relations.

Les personnes avec de hauts niveaux d'intelligence émotionnelle et sociale :
- sont plus productifs
- sont en meilleure santé
- entretiennent des relations positives avec leurs collaborateurs
- savent mieux s'adapter au changement sur le lieu de travail
- suscitent davantage d'investissement de la part de leurs employés

Les entreprises qui investissent dans l'intelligence émotionnelle et sociale réalisent un retour rapide sur investissement, qui se matérialise par
- la fidélisation des effectifs
- la hausse des ventes et des profits
- la baisse des coûts de santé
- l'augmentation de la motivation et de la satisfaction du personnel
- la baisse du nombre de conflits et de dysfonctionnements au sein de l'organisation

« Lorsque les dirigeants d'une organisation savent entretenir leurs relations avec leurs employés, ça leur libère le temps habituellement passé à gérer les problèmes relationnels et les problèmes de discipline, et leur permet de faire leur travail de responsable de manière plus stratégique et plus proactive ». Warren Bennis…

Les avantages pour la santé à améliorer notre intelligence émotionnelle et sociale sont encore plus parlants. Les personnes avec une forte intelligence émotionnelle et sociale :
- Sont en meilleure santé
- Sont moins touchées par les maladies chroniques
- Ont moins de risques de maladies
- Ont moins de symptômes et de douleurs lorsqu'il leur arrive de tomber malades
- Ont moins de risques d'avoir de la tension, des crises cardiaques, du diabète, ou une attaque
- Ont davantage d'espérance de vie, jusqu'à dix ans de plus !

(Cohen, S. & Doherty, R., Psychological Bulletin, 2005, et Fredrickson, B., Positivity, 2009)

Les recherches démontrent également que des émotions saines et positives provoquent :
- De meilleures performances, plus de réussite
- Une plus grande créativité, plus d'imagination dans la résolution de problèmes
- Une meilleure prise de décisions
- Un mécanisme de la pensée plus souple
- Une meilleure mémoire
- Un meilleur équilibre hormonal

"A en croire mon expérience, pour faire un dirigeant, l'intelligence émotionnelle est en fait plus importante que l'intelligence livresque." (Jack Welch, ancien CEO de General Electric, auteur, maître du turn-around)