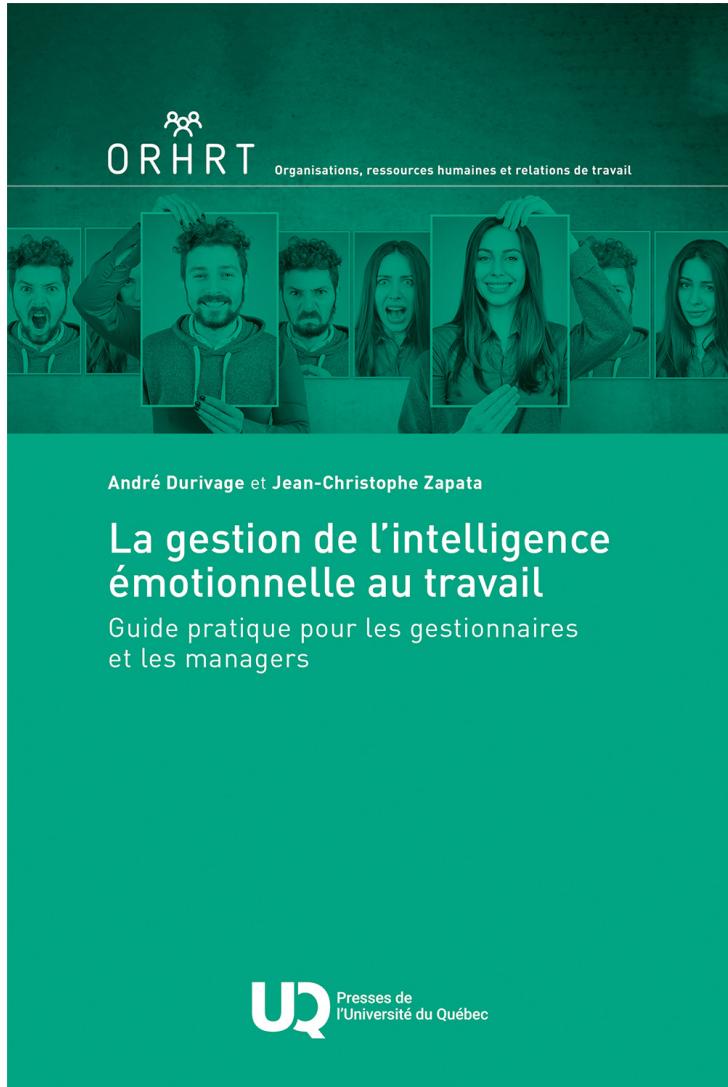




Presses de
l'Université du Québec

55 ans
de savoir

GESTION RH
ET RI



André Durivage et Jean-Christophe Zapata

2024 | 312 pages

Collection **Organisations, ressources humaines et relations de travail** sous la direction de Catherine Beaudry, Mélanie Dufour-Poirier, Denis Harrisson et François Bernard Malo

978-2-7605-6068-0

42,00 \$

PAPIER

978-2-7605-6069-7

35,99 \$

PDF

978-2-7605-6070-3

35,99 \$

EPUB

LA GESTION DE L'INTELLIGENCE ÉMOTIONNELLE AU TRAVAIL

Guide pratique pour les gestionnaires et les managers

L'intelligence émotionnelle exerce une influence majeure sur chacun d'entre nous et sur le rendement des organisations. Des milliers d'études ont démontré son influence positive sur l'efficacité du personnel et celle des cadres. Comment mieux comprendre l'intelligence émotionnelle et être en mesure d'utiliser ses concepts afin de maximiser l'impact qu'elle a sur les émotions en milieu de travail ? C'est ce que ce livre a l'ambition d'élucider.

La gestion de l'intelligence émotionnelle au travail : guide pratique pour les gestionnaires et les managers aborde la conscience des états émotifs, la sensibilité sociale, le niveau d'empathie et la gestion active des émotions. Chaque chapitre fait un survol des connaissances les plus récentes sur les plans scientifique et professionnel afin de permettre aux cadres, aux managers, aux psychologues et aux spécialistes en ressources humaines d'intervenir de façon efficace en matière d'intelligence émotionnelle. Les approches nord-américaines et européennes sont combinées afin d'offrir un panorama de la question.

Chacun des chapitres du livre présente des recommandations pratiques destinées aux spécialistes et aux directions afin de les aider à intervenir auprès des employés et employées. Ils comportent des conseils pratiques basés sur les recherches scientifiques dans le domaine et sur l'expérience des auteurs en intervention dans le milieu du travail.

INTRODUCTION

CHAPITRE 1 Comprendre l'intelligence émotionnelle

1. L'historique du concept de l'intelligence émotionnelle
2. La base biologique de l'intelligence émotionnelle
3. Le modèle de Goleman sur l'intelligence émotionnelle
4. Les répercussions de l'intelligence émotionnelle sur soi
5. L'intelligence émotionnelle et le leadership
6. Les effets de l'intelligence émotionnelle

CHAPITRE 2 La compréhension de soi

1. Le concept de soi
2. Qu'est-ce qu'une émotion ?
3. Quelles sont les émotions de base ?
4. Les théories de l'évaluation des émotions
5. Le manager et la compréhension de soi
6. Exemple pratique
7. Conseils pratiques

CHAPITRE 3 La gestion de soi

1. La gestion des émotions négatives
2. La gestion des émotions positives
3. La gestion de l'impulsivité
4. La gestion des émotions et le genre
5. La culture et la gestion des émotions
6. Le manager et la gestion de soi
7. Exemple pratique
8. Conseils pratiques

CHAPITRE 4 La sensibilité sociale

1. La perception sociale
2. L'empathie
3. Les aspects culturels
4. En résumé
5. Le manager et la sensibilité sociale
6. Exemple pratique
7. Conseils pratiques

CHAPITRE 5 La gestion des relations

1. Les relations interpersonnelles
2. Les types de relations
3. Les enjeux associés aux relations
4. Le manager et la gestion des relations
5. Exemple pratique
6. Conseils pratiques

CONCLUSION

ANNEXE A Intelligence émotionnelle

ANNEXE B Conscience de soi

ANNEXE C Gestion de soi

ANNEXE D Reconnaissance des émotions

ANNEXE E Évaluation de ses relations

ANDRÉ DURIVAGE, Ph. D., est professeur au Département des sciences administratives à l'Université du Québec en Outaouais et président de la firme de consultation Groupe EPSI.

JEAN-CHRISTOPHE ZAPATA, psychologue et psychothérapeute, travaille en cabinet à Versailles et à Paris, France.