AFRIQUE FORMATION
La Référence en Afrique pour la Formation



Intelligence émotionnelle et gestion du stress décisionnel pour Risk Managers africains

Lien : https://afrique-formation.com/formation/intelligence-emotionnelle-et-gestion-du-stress-decisionnel-pour-risk-managers-africains

DURÉE
5 jours (35h)

RÉFÉRENCE
GRC78

CATÉGORIE
Leadership en Gestion de Crise & Prise de Décision

Afrique Formation

OBJECTIFS DE LA FORMATION

À l'issue de cette formation, vous serez capable de :

- Comprendre l’impact des émotions sur la gestion des risques et la prise de décision
- Développer les compétences clés de l’intelligence émotionnelle
- Maîtriser les techniques de gestion du stress décisionnel
- Améliorer la qualité des décisions en contexte d’incertitude
- Identifier et réduire les biais cognitifs et émotionnels
- Renforcer les compétences en communication et en leadership
- Prévenir les risques psychosociaux et le burn-out
- Développer la résilience individuelle et organisationnelle
- Optimiser la performance des Risk Managers dans des environnements complexes
- Favoriser une culture de gestion des risques fondée sur l’équilibre émotionnel, la lucidité et la performance

POUR QUI ?

- Directeurs des risques (Chief Risk Officers)
- Risk Managers et gestionnaires des risques
- Responsables du contrôle interne
- Responsables conformité et gouvernance
- Auditeurs internes et inspecteurs
- Directeurs financiers (DAF)
- Managers et cadres dirigeants
- Responsables de la continuité d’activité et de la gestion de crise
- Toute personne exerçant des responsabilités décisionnelles dans les secteurs public, privé ou financier en Afrique

Afrique Formation

AFRIQUE FORMATION
La Référence en Afrique pour la Formation



Programme détaillé

1 / FONDAMENTAUX DE L'INTELLIGENCE ÉMOTIONNELLE ET DU STRESS DÉCISIONNEL

- Compréhension des composantes de l'intelligence émotionnelle
- Identification des sources de stress dans les fonctions de gestion des risques
- Impacts des émotions sur la qualité des décisions stratégiques

2 / CONNAISSANCE DE SOI ET MAÎTRISE ÉMOTIONNELLE

- Développement de la conscience de soi et de l'autorégulation
- Identification des déclencheurs émotionnels en situation de risque
- Techniques de maîtrise des réactions sous pression

3 / GESTION DU STRESS DANS LES ENVIRONNEMENTS À HAUTE PRESSION

- Analyse des facteurs de stress organisationnels et opérationnels
- Prévention de la fatigue décisionnelle et du burn-out
- Techniques de résilience individuelle et professionnelle

4 / PRISE DE DÉCISION EN SITUATION D'INCERTITUDE

- Influence des biais cognitifs et émotionnels sur les décisions
- Méthodes de prise de décision structurée en contexte complexe
- Arbitrage entre risques, opportunités et contraintes

Afrique Formation

5 / COMMUNICATION ET INFLUENCE EN CONTEXTE DE RISQUE

- Communication assertive avec les parties prenantes
- Gestion des échanges dans les situations sensibles
- Techniques d’influence et de persuasion éthique

6 / LEADERSHIP ÉMOTIONNEL ET MANAGEMENT DES ÉQUIPES

- Développement d’un leadership fondé sur l’intelligence émotionnelle
- Mobilisation et accompagnement des équipes sous pression
- Gestion des tensions et renforcement de la cohésion

7 / GESTION DES CONFLITS ET NÉGOCIATION

- Identification des sources de conflits organisationnels
- Techniques de médiation et de résolution des différends
- Gestion des situations critiques avec calme et objectivité

8 / RÉSILIENCE ORGANISATIONNELLE ET PERFORMANCE DURABLE

- Développement de la résilience face aux crises et aux changements
- Renforcement de l’agilité décisionnelle
- Promotion d’une culture de bien-être et de performance

9 / OUTILS D’ÉVALUATION ET PLAN DE DÉVELOPPEMENT PERSONNEL

- Auto-évaluation des compétences émotionnelles
- Élaboration d’un plan de développement individuel
- Suivi des progrès et amélioration continue

10 / CAS PRATIQUES ET MISES EN SITUATION

- Simulations de décisions sous forte pression
- Analyse de situations réelles rencontrées par les Risk Managers

Afrique Formation

- Construction d’un plan d’action pour renforcer l’intelligence émotionnelle et la gestion du stress

Approche pédagogique

- Support Ecrit et Projection
- Exposés Interactifs, Podcasts et Vidéos
- Brainstorming et Jeux de Rôle
- Mises en Situation pour faciliter l'assimilation
- Cas Pratiques et Labs inclus pour leur impact opérationnel
- Test de Validation des Acquis des Connaissances

Prochaines dates programmées

04 au 08 Jan. 2027	Présentiel - Casablanca
01 au 05 Mars 2027	Présentiel - Casablanca
26 au 30 Avr. 2027	Présentiel - Casablanca
21 au 25 Juin 2027	Présentiel - Casablanca
16 au 20 Août 2027	Présentiel - Casablanca

Autres dates possibles sur demande. Contactez-nous pour organiser une session intra-entreprise.

Réservation & Renseignements

Téléphone : +212 522 247 210
Email : contact@afrique-formation.com
Web : https//www.afrique-formation.com

Afrique Formation

Afrique Formation — Tous droits réservés