

---

# Programme de Formation

---

## Les grands principes de l'intelligence relationnelle

---

### Organisation

---

**Durée :** 7 heures

**Mode d'organisation :** Présentiel

**Modalité et délai d'accès :**

- **Fréquence de la formation :** biannuelle.
- **Inscription :** Pour toute demande d'inscription merci de nous envoyer un mail à : [formation@senova.fr](mailto:formation@senova.fr). Les inscriptions sont clôturées 15 jours avant le démarrage de la formation, chaque participant reçoit alors une convocation par mail.
- **Maintien de la formation :** Les formations sont maintenues sous réserve de 5 participants inscrits.

**Tarif :** Nous contacter par mail à [formation@senova.fr](mailto:formation@senova.fr).

**Accessibilité :** Nos formations sont accessibles aux personnes à mobilité réduite pour plus d'informations sur l'accessibilité aux personnes en situation de handicap contactez notre référente pédagogique par mail à [tiphaine.lenoble@senova.fr](mailto:tiphaine.lenoble@senova.fr)

---

### Contenu pédagogique

---



#### **Public visé**

Ouvert à tous



#### **Objectifs pédagogiques**

Créer du lien, développer la relation entre les collaborateurs ;

Comprendre et dépasser les freins à l'épanouissement ;

Résoudre les situations de tension ;

Développer une vision commune.



#### **Description**

##### **Séquence 1 : Développer son intelligence relationnelle :**

- Adapter sa communication à son interlocuteur et prendre en compte ses émotions ;
- Utiliser l'écoute active et la communication non violente ;
- Favoriser un environnement de confiance.
- Exprimer les non-dits ;
- Se protéger en respectant ses valeurs et celle des autres ;
- Responsabilité et coresponsabilité dans la relation.

##### **Séquence 2 : Analyser et prendre du recul sur les situations de tension :**

- Analyser les sources et biais cognitifs qui génèrent des perceptions différentes d'une même situation ;
- Prendre du recul sur l'origine des incompréhensions, des peurs et du stress ;
- Dépasser les jugements et les interprétations ;
- Dépasser l'impact du stress et de la peur sur soi et sur les autres.

##### **Séquence 3 : Partager une vision commune :**

- Renforcer l'unité au sein de l'entreprise ;
- Accélérer le goût d'agir et le pouvoir de réussir ;
- Développer une bonne entente dans les équipes ;

**Modalités pédagogiques**

Alternance d'apports théoriques et de mise en situation,  
Support de formation et outils pédagogiques (simulation, cas pratiques, vidéos).

**Moyens et supports pédagogiques**

Le support de formation et des éléments d'approfondissement seront partagés à l'issue de la formation.

**Modalités d'évaluation et de suivi**

- Auto-positionnement pré et post formation.
- Evaluation des acquis en fin de formation (QCM).
- Enquêtes de satisfaction à chaud et à froid.