Université de Sherbrooke

FORMATION CONTINUE

Communiquer efficacement : améliorer vos relations!

PRÉSENTATION

Contexte

Développer des relations de travail efficaces débute par une communication efficace. Comment entrer en contact avec les autres et établir une relation significative? Comment communiquer efficacement avec toutes les personnes rencontrées au travail peu importe leur personnalité et atteindre le but fixé? Comment préserver une relation en tout temps? La solution est d'avoir une communication qui « colle » à son interlocuteur. Cette « colle » si pertinente va permettre de lier les personnes entre elles et favoriser le principe d'adhésion. En somme, cette « colle » permet de maintenir une liaison solide de façon durable.

Objectifs

- Comprendre les principes de la communication interpersonnelle
- Identifier les différentes personnalités afin de mieux « coller » son message
- Avoir davantage d'impact dans nos relations grâce à une maitrise de soi
- Atteindre un but fixé au moyen d'une meilleure communication

Public cible

Gestionnaires et personnel professionnel.

Cette formation est offerte en collaboration avec la Faculté des lettres et sciences humaines.

DURÉE
7 heures

TARIF RÉGULIER
556 $

TARIF PRÉFÉRENTIEL
35 $

OÙ ET QUAND

Formation à distance

10 et 12 novembre 2026

Date limite d'inscription : 3 novembre 2026

3 et 4 mars 2027

Date limite d'inscription : 24 février 2027

Renseignements

819 821-7571

1 866 234-9355 (sans frais)

CONTENU

Contenu

- Les principes de la communication
- Les différents types de personnalité et leurs impacts en communication
- Quelques principes de l'intelligence émotionnelle

Approche pédagogique

- Théories
- Apprentissage dans l'action
- Jeux de rôle
- Discussions en équipe
- Mise en situation à partir d'un cas vécu

PERSONNE FORMATRICE



Stéphanie Rivier

Stéphanie Rivier est psychologue du travail et des organisations. Elle est passionnée par l'être humain dans toute sa splendeur et sa diversité (l'humain est fabuleux). Elle vibre au son de l'innovation, de la créativité, et du lien social. Elle est enrichie par plusieurs années d'expérience dans divers domaines : recrutement, formation, coaching, intervention en climat de travail et intelligence collective. Elle a une devise : se transformer pour transformer le monde.

TARIFS ET HORAIRE

Tarifs

TYPES D'INSCRIPTION	PRIX
Inscription avec code de rabais (formation à 5$ de l'heure)*	35,00 $
Inscription hâtive à 30 jours ou plus avant la formation	500,00 $
Inscription UdeS pour étudiant, diplômé ou employé	500,00 $

Inscription régulière à 30 jours ou moins avant la formation	556,00 $

Note : Les prix indiqués sont pour une personne, ne comprennent pas les taxes et peuvent être modifiés sans préavis.

*Certaines dates de cette formation sont offertes **à 5$ de l'heure avec la participation financière du gouvernement du Québec**. Si vous êtes travailleuse et travailleur du secteur privé au Québec, cliquez ici pour connaître les conditions d'admissibilité et demander un code de rabais applicable au moment de passer à la caisse.

Les frais d'inscription incluent le matériel de cours.

Politique d'annulation et d'abandon

Horaires

FORMATION À DISTANCE

10 et 12 novembre 2026

- 8 h 30 à 12 h

FORMATION À DISTANCE

3 et 4 mars 2027

- 8 h 30 à 12 h

ACCRÉDITATION OU PARTENARIAT

Partenaire

Gouvernement du Québec

Avec la participation financière de :

Québec

Certaines dates de cette formation sont offertes **avec la participation financière du gouvernement du Québec**, cliquez ici pour connaître les conditions d'admissibilité.