

☞ Compétences personnelles et relationnelles

# Relations interpersonnelles et saine collaboration au travail

## Contexte

En cette période particulièrement exigeante pour tous, l'implication active de chaque gestionnaire et de chaque membre du personnel est plus déterminante que jamais pour la prospérité des organisations. Cette implication ne saurait être obtenue sans une bonne qualité des rapports interpersonnels et d'un climat de travail stimulant pour favoriser la collaboration entre les personnes.

Cette formation aide à prendre du recul et à cerner les erreurs d'interprétation qui peuvent nuire à une bonne dynamique de travail en présentiel et à distance. Un outil de communication est proposé et expérimenté et peut ensuite être appliqué dans les relations interpersonnelles.

## Objectifs pédagogiques

Cette formation vous permettra de contribuer au maintien d'un climat de travail sain dans votre milieu professionnel. De plus, elle vous permettra d'acquérir une meilleure compréhension de l'influence déterminante de chaque personne dans la dynamique de groupe, tout en encourageant la simplicité et l'authenticité dans les relations interpersonnelles. Au terme de la formation, vous serez en mesure de :

- développer une meilleure connaissance de vous-même;
- contribuer à un meilleur climat de travail et de collaboration.

## Contenu

- Cadre de référence personnel
- Types de tempérament
- Principes de communication rétroactive

## Approche pédagogique

La démarche de réflexion et d'apprentissage repose sur de courts exposés, l'établissement de liens entre les concepts et la réalité des personnes participantes, des discussions, des exercices ainsi que sur des outils concrets transférables en milieu de travail. Pour consolider les apprentissages, une capsule synthèse (aide-mémoire) est aussi transmise aux personnes participantes 2 mois après la formation.

## Clientèle cible

Cette formation s'adresse à tous les gestionnaires et les membres du personnel qui veulent contribuer au maintien d'un sain climat de travail en présentiel ou à distance, en favorisant la collaboration et les bonnes relations interpersonnelles.

## Durée et unités de formation continue (UFC-UQO)

Cette formation est d'une durée de 3 heures et donne droit à 0,3 UFC-UQO.

## Logistique et déroulement

- Les groupes seront limités à un maximum de 15 personnes participantes.
- La formation se déroulera via la plateforme Zoom.
- Pour assurer une bonne qualité de connexion, un accès Internet à haute vitesse et un microphone sont nécessaires.
- Bien que l'utilisation d'un ordinateur soit privilégiée, d'autres dispositifs technologiques sont également acceptés.
- Afin de maximiser l'interaction et la dynamique de groupe, nous recommandons fortement l'utilisation d'une caméra.

## Personne formatrice

Détentrice d'un MBA et diplômée en psychologie, **Isabelle Bédard** est présidente-directrice générale de CIB Développement organisationnel, un cabinet-conseil qui a pour mission, depuis 1998, de conseiller et former les gestionnaires et chefs d'entreprises dans la saine gestion de leurs équipes de travail.

Mme Bédard est aussi chargée de cours en gestion des ressources humaines à l'Université du Québec en Outaouais et à l'Université McGill, membre de l'Ordre des conseillers en ressources humaines agréés du Québec, Fellow de l'Ordre des administrateurs agréés, membre de *l'Academy of Management* et de la Société canadienne de psychologie. Elle détient le titre de CMC (conseillère en management certifiée).

Son livre « Gérer le personnel » a remporté le Prix du livre d'affaires dans la catégorie Guide pratique. En 2010, elle a reçu la mention honorifique d'Ambassadrice de la Faculté des sciences humaines de l'Université du Québec à Montréal. En 2020, l'UQO lui a décerné le Prix d'excellence Hubert-Lacroix en enseignement.