

# Jacynthe Dupras



## Une communication saine et efficace au travail

### OBJECTIFS

À la suite de cette présentation, les participants seront en mesure de :

- Discuter de l'importance de maintenir une communication saine, claire et efficace au travail
- Savoir faire des demandes claires qui invitent les autres à la collaboration
- Mettre des limites lorsque cela est nécessaire, d'une manière qui réduit les risques de confrontation
- Développer l'art de mettre de la douceur, et non de la douleur, dans les communications

### MISE EN CONTEXTE

La communication humaine est à la fois complexe et fascinante. On a souvent l'impression que certains individus sont mieux outillés ou plus habiles que d'autres en ce qui concerne la communication et les relations. En effet, le quotient relationnel (ou « QR »), indice de la capacité d'une personne à communiquer et à interagir de façon saine et bénéfique, peut varier grandement d'un individu à l'autre. La bonne nouvelle : il est tout à fait possible de rehausser son QR, contrairement à son QI (quotient intellectuel), par exemple. Le succès de toute organisation repose en bonne partie sur la qualité de la connexion entre les collaborateurs, qui elle repose sur la richesse de la communication. Durant cette présentation, le participant se familiarisera avec des compétences relationnelles clés permettant de favoriser l'harmonie et l'efficacité en équipe, en suscitant chez les individus une ouverture, ainsi qu'un élan de collaborer ou de contribuer. Cette présentation vise donc ultimement à présenter des outils concrets permettant d'améliorer la qualité des communications et des relations au travail pour plus de satisfaction et de succès.



Jacynthe Dupras est pharmacienne, spécialiste en information médicale et communication en santé, conférencière, formatrice et consultante. Ses sujets de passion et d'expertise touchent la gestion de la santé, y compris celle du stress, de même que la collaboration, le travail d'équipe, le leadership et la communication et le service à la clientèle.

[jacynthedupras.com](http://jacynthedupras.com)  
819 345-6035