



FORMATION CONTINUE

# Développer son pouvoir d'influence

## PRÉSENTATION

### Contexte

Qu'on le veuille ou non, le pouvoir, la négociation et l'influence sont des éléments importants qui teintent les relations de travail. Trop souvent, le pouvoir d'influence est perçu de façon négative et péjorative. Pourtant, l'art de naviguer de façon éthique en sachant se positionner afin d'exprimer son opinion déterminera l'empreinte que nous laisserons au sein d'une organisation et nous suivra bien au-delà de cette relation d'affaires.

La formation **Développer son pouvoir d'influence** permettra l'acquisition des connaissances favorisant la sensibilité au pouvoir et à l'influence des principaux acteurs des entreprises. Elle permettra de comprendre l'importance du savoir-être et de développer une intuition et des stratégies concrètes afin d'apprendre à bien se positionner et avoir de l'impact.

Au cours de cette formation, les personnes participantes expérimenteront des cas concrets suivis d'un coaching efficace.

[Lire l'entrevue avec Sophie Lemieux, formatrice](#)

### Objectifs

- Démystifier le pouvoir d'influence et les jeux de pouvoir dans les organisations
- Comprendre le rôle des différents acteurs au sein des entreprises
- Développer des stratégies concrètes pour augmenter son influence au sein des relations hiérarchiques et autres relations d'affaires
- Savoir s'exprimer de façon à avoir de l'influence et de l'impact

### Public cible

Toute personne désirant augmenter son impact et son influence dans le cadre de son travail.

Cette formation est offerte en collaboration avec la Faculté des lettres

#### DURÉE

**6 heures**

#### TARIF RÉGULIER

**425 \$**

#### TARIF PRÉFÉRENTIEL

**385 \$**

#### OÙ ET QUAND

#### Formation à distance

**5 et 12 décembre 2024**

*Date limite d'inscription : 28 novembre 2024*

**7 et 15 mai 2025**

*Date limite d'inscription : 30 avril 2025*

#### Renseignements

819 821-7571

1 866 234-9355 (sans frais)

## CONTENU

### Contenu

Théories, avantages et décodage des jeux de pouvoir et du pouvoir d'influence dans les organisations

- Exercices amenant à se questionner et à se connaître

Bâtir l'influence dans la relation hiérarchique

- Adapter sa communication
- Comprendre l'intelligence émotionnelle

S'adapter aux différentes personnalités pour créer des alliances stratégiques

- Démystifier les habiletés politiques

Bâtir sa crédibilité, son positionnement et son influence dans diverses relations d'affaires

- Cas pratique

### Approche pédagogique

Notions théoriques combinées avec des ateliers incitant au passage à l'action. Un coaching et une rétroaction en groupe sont inclus à chaque atelier. Les résultats de ce séminaire reposent beaucoup sur l'implication des personnes participantes.

## PERSONNE FORMATRICE



### SOPHIE LEMIEUX

Sophie Lemieux est consultante en management et présidente de Gestion Solem. Elle est membre de l'Ordre des administrateurs agréés du Québec, détentrice d'un M.B.A, d'un titre C.M.C. (Consultante en management certifié). Elle possède une expérience de plus de 20 ans en gestion de la performance organisationnelle, en coaching, en gestion d'équipes multidisciplinaires, en gestion de projets, en formation et en développement d'affaires. Mme Lemieux possède un style de leadership axé sur le positivisme, le dynamisme, l'écoute active, la saine gestion du stress et la capacité d'adaptation. Centrée sur les processus à valeur ajoutée, elle est très organisée et aime relever de nouveaux

# TARIFS ET HORAIRE

## Tarifs

TYPES D'INSCRIPTION	PRIX
Inscription régulière à 30 jours ou moins avant la formation	425,00 \$
Inscription hâtive à 30 jours ou plus avant la formation	385,00 \$
Inscription UdeS pour étudiant, diplômé ou employé	385,00 \$

Note : Les prix indiqués sont pour une personne et ne comprennent pas les taxes.

Certaines dates de cette formation sont offertes **avec la participation financière du gouvernement du Québec**. Si vous êtes travailleuse et travailleur du secteur privé résidant ou occupant un emploi sur le **territoire de la Montérégie**, [cliquez ici](#) pour connaître les conditions d'admissibilité.

Les frais d'inscription incluent le matériel de cours.

## Politique d'annulation et d'abandon

## Horaires

### FORMATION À DISTANCE

#### 5 et 12 décembre 2024

- 9 h à 12 h

### FORMATION À DISTANCE

#### 7 et 15 mai 2025

- 9 h à 12 h

## ACCREDITATION OU PARTENARIAT

## Partenaire

### Gouvernement du Québec (Montérégie)

Certaines dates de cette formation sont offertes avec **la participation financière du gouvernement du Québec**. [Cliquez ici](#) pour connaître les conditions d'admissibilité.