The background features a grid of 16 stylized, semi-transparent icons of diverse people in various professional and casual attire, arranged in a 4x4 pattern. The icons are rendered in shades of blue and white, creating a subtle, inclusive visual texture.

DÉVELOPPER DES COMPÉTENCES RELATIONNELLES ET ÉMOTIONNELLES

LA FORMATION
par

Stimulus



NOS
FONDAMENTAUX
EN FORMATION →

1- DÉVELOPPER DES COMPÉTENCES ÉMOTIONNELLES ET RELATIONNELLES

Chez Stimulus, la formation consiste à faire émerger des comportements subtils sur des sujets humains : mieux gérer son stress, mieux mesurer et réguler celui de son équipe, communiquer de manière affirmée en contexte tendu, etc...

C'est, par définition, aux moments les plus inconfortables que les personnes doivent être capables d'appliquer ce qu'elles ont appris.

C'est pourquoi nous avons **un impératif** :
le transfert des apprentissages aux situations réelles de travail.

Ce qui implique de changer ses habitudes !

Vous allez le découvrir, **nos formations sont conçues pour que les participants tâtonnent, explorent, découvrent, s'entraident, réussissent, échouent... Et recommencent !** Pour qu'ils ressortent curieux, avec le sentiment de n'avoir pas tout réussi, avec le désir d'expérimenter, de creuser par eux-mêmes et de partager leurs découvertes.



2- DÉCOUPER DES GROS PROBLÈMES EN PETITS PROBLÈMES

Trop souvent, les formations sont conçues comme un moment standardisé d'uniformisation des connaissances. **En voulant faire passer trop de « messages », on en oublie qu'apprendre passe par la répétition.**

PRÉVENIR LES RPS



Un module = Un problème à résoudre

Nos formations sont conçues pour être le contraire de cela. C'est un lieu où les participants trouvent des solutions à leurs problèmes quotidiens. Chacun de nos **modules** est **consacré à un problème** qui se pose aux participants dans leur vie professionnelle.

3- APPRENDRE ET DÉSAAPPRENDRE PAR LE JEU

En matière de changement comportemental, chaque apprentissage génère une concurrence entre la réponse apprise et des automatismes ancrés. Progresser sur nos compétences émotionnelles et relationnelles, c'est donc avant tout apprendre à repérer puis inhiber nos automatismes.

- **Analyser la mécanique de l'erreur** : Le jeu permet au participant d'aller vers l'erreur. Le consultant Stimulus est là pour introduire le doute, analyser la mécanique de l'erreur, faire prendre conscience de l'inconfort dans lequel nous mettent parfois nos réponses intuitives.
- **Déconstruire avec obstination certains réflexes** : le jeu permet de revenir de nombreuses fois sur des variantes de la même situation. Apprendre doit être inconfortable à certains moments, puisqu'il s'agit de renoncer à ce que l'on sait ou à ce que l'on fait naturellement.

ASSISTANT ex DAVID

Les outils informatiques vous semblent lourds et rigides. Leur utilisation est obligatoire.

Qu'est-ce que vous faites ?

Vous respectez l'obligation, vous finissez bien par vous habituer

Vous les contournez en continuant autant que possible à utiliser les outils « David »

Autre réponse à imaginer ?

MANAGER DU PÔLE BACK OFFICE

Depuis 3 mois que la fusion est faite, la productivité ne s'améliore pas. Le Directeur Financier vous en fait la remarque.

Qu'est-ce que vous faites ?

Vous lui expliquez que les choses demandent du temps, et qu'il faut que « la mayonnaise prenne »

Vous acquiescez et décidez d'alerter vos trois responsables d'équipe sur leur performance

RESPONSABLE D'ÉQUIPE

Malgré vos consignes, vous remarquez que les « Ex-Goliath » se débrouillent pour travailler le moins possible avec les « Ex-David ».

Qu'est-ce que vous faites ?

Vous les recadrez : vous avez insisté sur l'importance de l'esprit d'équipe

Vous les questionnez pour comprendre ce qui se passe

Vous ne rentrez pas là dedans, ils sont assez grands pour se réguler

4- UNE COMPOSITION DES GROUPES QUI NE DOIT RIEN AU HASARD

L'apprentissage passe par la résolution de « cas d'école », mais aussi de problèmes qui se posent réellement aux participants. Il s'agit donc de rassembler les personnes impliquées dans les problèmes à résoudre qui serviront de base aux apprentissages.

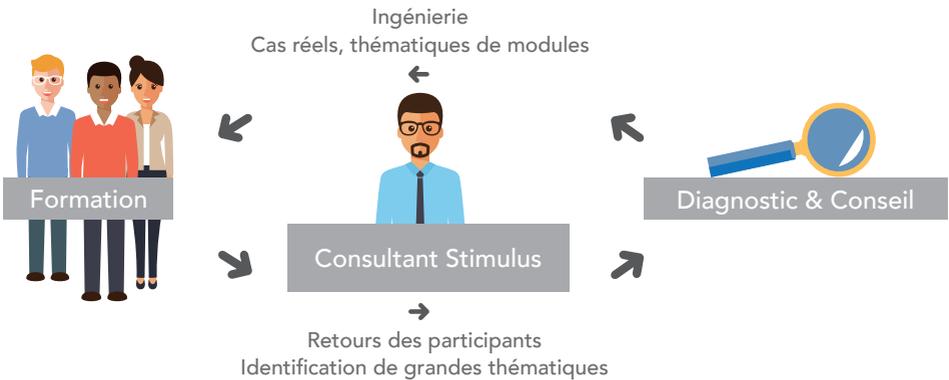
Par exemple :

- Nos modules sur **la cohésion et l'esprit d'équipe réunissent l'équipe et son manager.**
- Nos modules sur **la reconnaissance réunissent des managers et leur N+1.**
- Nos modules sur **l'accompagnement des personnes en difficulté réunissent des managers et des acteurs RH.**



5- DES FORMATIONS NOURRIES PAR LE TERRAIN

Nos consultants ne sont pas des formateurs à temps plein. Ils **interviennent sur des missions variées** telles que des diagnostics du risque psychosocial, des évaluations de la qualité de vie au travail ou des accompagnements personnalisés...

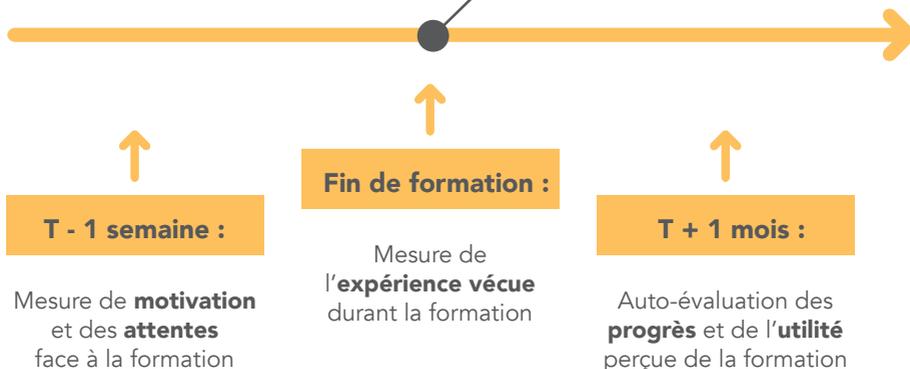
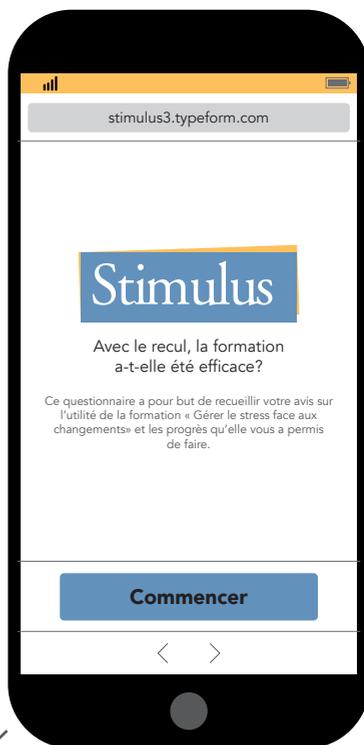


Leurs activités d'analyse et d'intervention permettent de nourrir constamment notre approche pédagogique. De même, lorsque nos consultants animent des sessions de formation, les thématiques soulevées fournissent une matière directement exploitable dans une logique de diagnostic.

6- EVALUER L'EFFICACITÉ PÉDAGOGIQUE PLUTÔT QUE LA SATISFACTION À CHAUD

Une évaluation en amont des attentes et de la motivation face à la formation permet de préparer l'animateur aux caractéristiques de son groupe.

Une évaluation un mois plus tard permet de mesurer l'utilité perçue de la formation et sa capacité à générer des apprentissages transférables à la vie professionnelle.





NOS MODULES
DE FORMATION →

NOS MODULES DE FORMATION SUR LA THÉMATIQUE DES RPS



PRÉVENTION TOUT PUBLIC

- Gérer son stress et sa motivation face au changement
- Gérer son stress et sa motivation dans la durée
- Gérer son stress et ses émotions face au client
- Prévenir le surinvestissement au travail et se déconnecter
- Renforcer son bien-être et celui de ses collègues au quotidien



PRÉVENTION MANAGERS

- Développer des pratiques d'entraide entre managers
- Favoriser l'autonomie et l'esprit d'initiative de l'équipe
- Prévenir le stress de l'équipe face au changement
- Préserver la confiance en période d'incertitude
- Décider sans créer de sentiment d'injustice



RÉSOLUTION TOUT PUBLIC

- Identifier et interagir avec un collègue en difficulté
- Gérer des demandes contradictoires
- Réguler sa charge mentale et gagner en concentration
- Demander de l'aide & exprimer positivement ses désaccords
- Prévenir et gérer les conflits au sein d'une équipe



RÉSOLUTION MANAGERS

- Identifier et accompagner un collaborateur en difficulté
- Renforcer le sentiment de reconnaissance des collaborateurs
- Remobiliser une personne en difficulté face au changement
- Améliorer la coopération entre différents services
- Réguler la charge de travail au sein d'une équipe

NOS MODULES DESTINÉS À DES PUBLICS SPÉCIFIQUES



PRÉVENTION

- Négocier efficacement sur la santé au travail, dans le cadre du dialogue social
- Diriger en intégrant les enjeux de bien-être et d'engagement des équipes
- Démontrer les bénéfices économiques de la Qualité de Vie au Travail
- Comprendre le cadre juridique de la prévention RPS et de la conduite du changement



 Dirigeant  DRH  Responsable HSE



RÉSOLUTION

- Gérer la détresse psychologique et le risque suicidaire
- Accompagner le retour à l'emploi après une absence de longue durée
- Intervenir en cas d'événement grave ou traumatique
- Maintenir l'engagement et la santé en contexte de crise (*fermeture de site, PSE, etc...*)



 Dirigeant  DRH  Responsable HSE  Médecin

A PROPOS DE STIMULUS

Créé en 1989, Stimulus est le cabinet de conseil de référence en matière de santé psychologique au travail. Notre mission est d'accompagner nos clients dans la prévention du risque psychosocial et la promotion de la qualité de vie au travail.

Nous intervenons dans trois types de contexte : mises en place de politique de santé psychologique dans l'entreprise, situations de changement, résolutions de crises.

Notre ADN :

- **Un ancrage scientifique : importer des outils ou techniques issues des sciences sociales, humaines ou médicales**
- **Une équipe pluridisciplinaire de haut niveau : psychologie, sociologie, médecine, sciences de gestion.**

The logo for Stimulus, featuring the word "Stimulus" in a white serif font inside a blue rectangular box with a thin orange border.

Bureau de Paris

28 rue de Mogador
75009 Paris
Tél : 01 42 96 92 62

Bureau de Lyon

4 rue de la République
69001 Lyon
Tél : 04 72 13 44 71

www.stimulus-conseil.com

Stimulus est agréé organisme de formation
depuis 1998 sous le N°11753095375



Membre de Human & Work Project

