

Efficacité d'entreprise



u manesense

a Human Quick Start Guide*

* Guide de démarrage rapide de l'humain

Conférences & Ateliers
Formations Professionnelle
Accompagnement



« Plus d'un Français sur deux avoue s'ennuyer secrètement au travail »

Selon un sondage, 63% des Français s'ennuient au travail, et bien souvent dans le plus grand des secrets »

Le figaro.fr - 25/02/19

« Les entreprises françaises sont moins performantes sur les aspects « humains » du management plutôt que sur les techniques de production. La France présente un retard en matière de compétences comportementales telles que la confiance en ses propres capacités, l'estime de soi, la gestion de l'anxiété et la persévérance, et en matière de compétences sociales telles que la coopération, le respect ou la tolérance qui ont un impact décisif sur les performances économiques et sociales globales... Les adultes français ont moins confiance dans leurs propres capacités et valorisent davantage la sécurité que l'innovation. De même, les relations hiérarchiques dans les entreprises sont plus verticales et plus conflictuelles que dans les autres pays européens, avec un impact déterminant sur la productivité, l'innovation et la croissance, mais aussi sur le niveau de bien-être en France » CONSEIL NATIONAL DE PRODUCTIVITÉ - JUILLET 2019

u:manēsense a été conçu pour répondre précisément à ces besoins d'entreprise, avec des actions destinées à la direction, au management et aux collaborateurs. Le programme permet de développer les compétences comportementales et sociales en favorisant la qualité de vie professionnelle. Les applications s'étendent également aux jeunes, l'accès à l'emploi et l'intégration sociale.

Pour les dirigeants: créer un environnement qui soutient l'engagement et la performance

Pour les encadrants: comment s'intégrer, avec son équipe, dans l'environnement d'entreprise de performance

Pour les collaborateurs: atteindre ses objectifs en développant confiance, gestion fonctionnelle de ses émotions, son autonomie, compétences et créativité, s'intégrer à une équipe, favoriser les relations client...

Vous découvrirez la philosophie, le cadre et les modalités de **u:manēsense** dans les pages suivantes



Vous rappelez-vous cette fois où vous étiez totalement à ce que vous faisiez ?

Prenez le temps du souvenir... Que s'était-il passé ?

C'est un peu comme si quelque chose d'extérieur avait opéré des changements tout autour de vous, à votre insu. Comment était-ce possible en si peu de temps ? Vous aviez réalisé qu'il s'était écoulé de longues minutes et non pas juste les quelques secondes que vous imaginiez avoir vécues. En fait, vous étiez totalement attentif à votre tâche si difficile accomplie si aisément.

Vous veniez de vous offrir une profonde satisfaction dynamisante. Votre large sourire en témoignait...

Cela vous parle-t'il ?

Nous avons tous vécu, même brièvement, cet état agréable. C'est celui que vit le jeune lanceur à cet instant suspendu capturé en image. Nous disposons tous de cette capacité à nous impliquer totalement dans une activité. Ces mécanismes fondamentaux nous permettent d'atteindre des objectifs qui nous paraissent hors de portée. C'est la source même de la progression et de l'adaptabilité humaines.

Avez-vous noté les sensations agréables accompagnant les choses extraordinaires réalisées ?

Une satisfaction profonde, la joie intense, l'énergie vitale ressentie...

C'est précisément le bien-être.

Si vous pouviez créer cet engagement fort à volonté, quel serait l'impact sur votre efficacité, votre satisfaction ? Pour vos collaborateurs ? Pour la performance de votre société ?

Comment apprendre à s'appuyer sur ces mécanismes au quotidien en entreprise ?

C'est ce que **u:manēsense** propose.



L'expérience du monde sportif pourrait laisser penser que les interventions ont pour but de promouvoir les valeurs du sport dans l'entreprise. Ca n'est pas l'objet du programme.

Il n'est pas proposé d'activité physique ou du sport pour se sentir bien en entreprise.

Avec **u:manēsense**, le focus est placé sur le comportement humain motivé vers la réussite.

Le travail, le sport, tout comme l'art, les loisirs, les relations sociales... sont des activités humaines. Elles sont toutes influencées par des facteurs qui déterminent notre comportement en impliquant totalement notre personne. En développant vos compétences à gérer ces facteurs de manière autonome, vous apprenez l'efficacité et améliorez votre qualité de vie (dont QVT). Quelle que soit votre activité, vous ouvrez la porte à la créativité, l'intérêt, la satisfaction et bien d'autres choses.

u:manēsense permet de poser les bases d'une gestion compétente vous permettra d'être optimalement performant(e) et pleinement motivé(e) dans votre travail et d'aller vers la QVT et le bien-être tant recherchés (et, à priori, assez peu ressentis) à notre époque moderne.

Pensez-vous qu'il s'agisse d'une utopie inapplicable au monde professionnel ?

Savez-vous par exemple que lorsque vous êtes en situation de pression ou d'absence de stimulation, votre engagement ? Vous réduisez vos performances, votre confiance et l'envie de travailler. Même chose pour celles et ceux auxquels vous mettez (même inconsciemment) la pression. Ne pas connaître et développer ces mécanismes, c'est se priver artificiellement de beaucoup d'opportunités.

En étudiant le comportement humain, on ne peut qu'être fasciné par les capacités d'excellence d'un individu dans son fonctionnement optimal. Malheureusement, l'être humain laisse les contraintes des environnements modernes l'en écarter. En résultent mal-être croissant et engagement réduit.

Nombre de personnes négligent les aspects psychologiques et leur lien à la physiologie, en particulier dans le domaine professionnel. Trop souvent, seul compte le développement des compétences métier (par exemple courir pour un marathonien, coder pour un développeur...). Le rapport de Juillet 2019 du conseil national de productivité souligne ce point: les «softs skills» sont insuffisamment développés.

Considérer toutes les dimensions rend l'idée de « l'humain intégralement compétent » opérationnelle. Son application concrète en milieu professionnel apporte une réponse simple et pérenne aux déficits de motivation, d'efficacité et d'épanouissement professionnel qui pénalisent le monde de l'entreprise.

Situé au carrefour de la formation et de l'accompagnement, **u:manēsense** a été conçu pour établir les bases de la flexibilité et l'autonomie des stagiaires. C'est un concept hautement opérationnel et fonctionnel.

→ Conférences de présentation

Lors d'une présentation interactive et ludique, introduction de **u:manēsense** et ses principes fondateurs. Objectif: susciter l'intérêt des futurs stagiaires.

→ Formation professionnelle:

Les bases du programme: modules à articuler selon les besoins et disponibilités de l'entreprise. Le stagiaire acquiert les bases de connaissances de son fonctionnement motivé dans le cadre de l'environnement de travail et identifie ses leviers d'action. Des ateliers ludiques impliquent progressivement les habiletés des

stagiaires et permettent la mise en lumière des concepts. Ils sont traduits en application et compétences d'entreprise.

Objectif: efficacité professionnelle, performance, compétence individuelle et collective. Harmonie d'équipe, relations clientèle, etc. Voir programmes en page suivante.

→ Accompagnement professionnel:

Les stagiaires ou ceux qui souhaitent être soutenus dans le développement de l'autonomie et la mise en oeuvre des compétences visées par un accompagnement individuel ou en équipe. Objectif: autonomie, engagement, atteinte des objectifs

Ateliers de présentation

Formation professionnelle
2-8 stagiaires selon public.

Dirigeants, encadrants, collaborateurs

Formation Inter et Intra

Modules sur-mesure. Présentiel ou à distance

Démarche pouvant être complétée au plan
opérationnel avec le coaching professionnel

Le programme du module de formation destiné à la direction et au management a été conçu pour permettre au stagiaire de comprendre l'importance du style motivationnel et son impact sur le fonctionnement d'une entreprise (PME, cabinet médical, activité individuelle) ou d'une équipe. Les 21 heures de formation couvrent les sujets importants que sont:

- > La motivation: comprendre les mécanismes et les leviers de l'engagement
- > Connaitre, utiliser et gérer des indicateurs du fonctionnement d'une personne et d'une équipe
- > Lire, comprendre et transformer les types de motivation
- > Utiliser les techniques et outils de développement de l'efficacité professionnelle (confiance)
- > Fixer et atteindre des objectifs individuels et collectifs motivants en lien avec la stratégie d'entreprise
- > Déployer des outils pour en assurer la mise en oeuvre et le suivi
- > Privilégier les sources de développement des formes autonomes de la motivation
- > Adapter son style motivationnel pour créer un environnement propice à la performance individuelle et collective

A la fin du stage, les participants auront progressé vers l'acquisition des compétences visant à créer un environnement d'entreprise motivant pour eux-mêmes et l'ensemble des acteurs d'une entreprise (collaborateurs, clients, fournisseurs...) 21 heures de stage sont réparties selon la disponibilité des stagiaires. Dispensées principalement sous forme «inter-entreprise» (présentiel ou à distance) permettant l'enrichissement par le partage issu de domaines professionnels, en groupes restreints. 100% des stagiaires recommandent cette formation au niveau «4/4 très satisfaisant»

Le programme destiné à la collaboratrice/au collaborateur est construit sur demande et sur mesure en fonction des besoins sur la base du développement des compétences suivantes.

- > La compréhension et la gestion des émotions en milieu professionnel
- > Mobiliser ses ressources interne de motivation pour s'engager et participer à la performance collective
- > Fixer et intégrer ses objectif dans la stratégie d'entreprise
- > Développer son efficacité professionnelle, écarter les freins, développer et mobiliser ses compétences
- > Fluidifier et harmoniser les relations avec la clientèle, les fournisseurs, les collègues

A la fin du stage, les participants auront progressé vers les compétences pour se fixer des objectifs motivants en accord avec la vision et valeurs de l'entreprise, s'intégrer harmonieusement dans une équipe, développer leurs aptitudes et leur autonomie avec confiance.

Ex: parcours développement commercial, professionnalisation accueil et relation client...

100% des stagiaires recommandent cette formation au niveau «4/4 très satisfaisant» (secrétaire administrative, commercial)



efIKCe

u:manēsense



u:manēsense est une idée originale née de connaissances validées et de l'expérience de divers domaines dont l'entrepreneuriat, les activités artistiques, la pratique compétitive intensive... Elle a été traduite dans une démarche innovante avec l'objectif d'apprendre à renforcer le lien interne entre nos capacités « humaines », pour favoriser l'implication, la performance et l'épanouissement en milieu professionnel, part incontournable de l'équilibre personnel.

Elle s'inscrit dans le champ large et opérationnel de l'efficacité professionnelle de l'individu en entreprise (direction, management, équipes) dont les effets conditionnent le niveau de qualité de vie au travail

Formé en gestion, informatique et coaching mental (titre RNCP 1), Olivier SPAGNOL a initié un ensemble de projets innovants (informatique, commerce, marketing sportif et accompagnement) en 20 années d'entrepreneuriat au sein d'efIKCe. Les expériences sportives et d'entreprise ont nourri sa conviction de l'importance du lien entre ressources mentales et physiques pour atteindre ses objectifs et s'épanouir.

Spécialisé dans les sources de motivation du comportement humain, il intervient comme formateur certifié, coach consultant et préparateur mental. Il écrit des articles traitant de l'approche mentale de la performance pour le magazine TriMag et le site Running4All.

La société efIKCe propose des prestations qui s'inscrivent dans le cadre réglementaire de la formation professionnelle par une démarche qualité certifiée (ICPF-PSI). efIKCe est enregistrée comme organisme de formation auprès de la DIRECCTE sous le numéro 93069844306, en conformité avec le décret 2015-790 du 30 juin 2015 et référencée Datadock (accès aux financements mutualisés)



Ce qu'ils en disent

- « Très bien, la participation du groupe était très présente et une très bonne pédagogie du formateur »
- « Parfait ! »
- « A conseiller vivement »
- « Formation organisée, claire, dynamique. Implication des stagiaires. Je suis parfaitement satisfaite »
- « Formation intéressante et accessible à tous »
- « Les techniques sont professionnelles et adaptées au besoin »
- « Excellente formation adaptée à cette cible avec une bonne répartition entre pratique et théorie »

- « Bien plus complet et intéressant que je ne l'imaginais. Cette formation devrait être obligatoire »
- « Beaucoup d'intérêt et profitable pour mon futur. Formation indispensable »
- « Formation très riche et très agréable. Je ne vois plus les choses de la même manière »
- « Me permet d'expliquer ce qui n'était pas forcément clair pour moi »
- « Nous avons particulièrement apprécié le déroulé de la formation avec l'enchaînement et l'explication des concepts par une application concrète dans le monde de l'entreprise »

- « The idea of helping people to achieve their goals and find the right path (motivation, productivity, awareness, in the end "flow") is so obvious and somehow easy, but still it's up to only very few people to really be able to help, to coach or to implement strategies that result in a progress. Guess that is where your talent lies... »
- « En conclusion les objectifs sont atteints. Se concentrer sur l'instant présent, ne pas douter. J'ai pu tirer le meilleur de moi en si peu de temps, c'est un miracle. PS : hier, j'ai passé une journée extraordinaire »