



Face aux défis qui nous attendent, l'humain n'est jamais le problème. Il est la solution.

FORMATIONS & ACCOMPAGNEMENT DE MANAGERS ET D'ÉQUIPES

MIEUX AVANCER DANS L'INCERTITUDE ET LA COMPLEXITÉ

Nouvelles technologies, nouvelles méthodes de management, nouvelles organisations, nouvelles exigences environnementales et sociétales... Nos environnements de travail en transformation accélérée depuis plusieurs années nous confrontent à des doses massives d'incertitude et de complexité. A ces bouleversements de fond sont venus s'ajouter ceux induits par la crise sanitaire récente, le télétravail, le management hybride, l'affaiblissement des collectifs, la perte de sens... Bref, nous vivons une période compliquée !

VOS ENJEUX

- Mettre votre énergie là où elle est le plus utile et pouvoir en donner à vos équipes
- Remettre de l'humain, du collectif et du sens pour générer de l'élan
- Adopter de nouvelles façons de travailler qui favorisent l'intelligence collective
- Nourrir l'engagement et la motivation qui ne vont plus de soi
- Concilier les aspirations individuelles et les objectifs collectifs
- Prendre soin de la santé mentale et physique des personnes au travail

MA RAISON D'ÊTRE

Apporter des éclairages et des outils centrés sur la dimension humaine et relationnelle du travail pour sortir du « mode survie » et participer à une transformation positive des personnes et des organisations,

- permettre aux managers et aux équipes de mieux se connecter à leurs ressources intérieures pour gagner en puissance d'agir et en bien-être
- les aider à mieux identifier ce qui leur donne du sens et de l'élan
- développer leurs capacités à travailler ensemble efficacement

LA SPÉCIFICITÉ DE MES INTERVENTIONS

Aider à développer un nouvel état d'esprit. L'objectif étant de gagner à la fois en performance et en épanouissement aussi bien au niveau individuel que collectif.

Pour cela, j'utilise **les éclairages et les outils novateurs de la Psychologie Positive* et des neurosciences appliquées**. Ils offrent un prisme inspirant pour aborder différemment les situations problématiques, permettre à chacun de gagner en latitude de pensée et d'action et déployer de nouveaux leviers d'engagement et de motivation plus en phase avec l'évolution des mentalités et des organisations.

**La Psychologie Positive est l'étude scientifique des conditions et processus permettant le fonctionnement optimal et l'épanouissement des individus, des groupes et des organisations.*

Mes interventions travaillent donc 2 dimensions complémentaires :

- **développer l'intelligence émotionnelle et relationnelle des personnes**
 - mieux se connaître et mieux s'appuyer sur ses forces pour atteindre ses buts
 - mieux gérer le stress en contexte tendu
 - améliorer son intelligence des situations pour prendre de meilleures décisions
 - mieux comprendre les autres pour mieux coopérer et éviter les tensions
- **faire évoluer ou enrichir les pratiques de management de l'organisation**
 - aider les managers à développer leur leadership positif
 - mieux utiliser les ressources des collaborateurs
 - mieux engager les équipes avec de nouveaux leviers de motivation
 - créer les conditions de l'intelligence collective



MES PRESTATIONS

Dans cette optique, je conçois et anime des **parcours de formation, des workshops ou des conférences, en présentiel ou en visio**.

Mes interventions sont toujours conçues sur-mesure pour répondre à vos besoins et à vos contraintes sur le fond (contenu, exercices, outils) comme sur la forme (lieu, taille des groupes, durée...) J'ai cependant une nette préférence pour le présentiel, les formats qui permettent de « se poser » (2 journées) et les petits groupes (6/8 personnes) qui permettent de capitaliser au maximum sur la dimension humaine, l'échange et la personnalisation des enseignements.

Toutes mes interventions partent du principe que « *la porte du changement ne s'ouvre que de l'intérieur* ». Elles visent à **susciter des déclis qui donnent envie de « faire autrement » et de mettre en place de nouvelles pratiques**. Pour cela, j'alterne les éclairages théoriques, les exercices/jeux pour s'appropriier les outils et les moments de partage pour ancrer les expériences. Ma touche personnelle : utiliser la surprise et l'humour pour créer un climat d'ouverture, m'appuyer sur la dynamique du groupe et stimuler l'apprentissage par le dialogue et la transversalité des échanges.

Je peux si besoin travailler en anglais.

Mon prix journée : 1400 €.





LA VALEUR AJOUTÉE : ce qu'en disent mes clients

Mon intention est toujours d'offrir aux participants à la fois une grande respiration, un moment de prise de recul et aussi une source d'inspiration pour améliorer leur quotidien pro et perso.

Mais comme l'énonce la formule consacrée, ce sont les participants qui en parlent le mieux.

Ci-dessous donc, des feed-back de managers qui évoquent de façon personnelle et spontanée en fin de session ce qu'ils en ont tiré concrètement.

Manager - The Walt Disney Company

J'ai eu le plaisir de collaborer avec Françoise pour un workshop autour de l'agilité et des émotions pour mon équipe. Cette journée a été un vrai moment de découverte et d'épanouissement pour tous les membres de l'équipe et 6 mois après, l'impact est très clair : ce workshop a vraiment up-gradé nos soft skills et permis de développer un langage commun.

Manager Groupe LVMH

Les conditions et l'ambiance positive de cette formation sont à l'image exacte de ce qui y est enseigné. Et c'est vraiment du sur-mesure. Françoise surfe tout le long sur nos besoins, nos attentes, nos questions, s'adapte en permanence pour nous offrir les bons éclairages. A titre professionnel l'idée, après, c'est vraiment d'arriver à oublier certaines habitudes de manager qui a 20 ans d'expérience... C'est la 1ère formation où je prends autant de notes, il y a plein de notions qui vont me servir au jour le jour pour aborder des situations qui coïnciaient. Vraiment incroyable.

Manager NESTLÉ

Super positif ! J'ai eu l'impression d'avoir pris plein de trucs, dans la tête, dans les tripes, dans le cœur. J'en ai fait des formations, j'ai rarement ressenti quelque chose comme ça. Françoise est le moteur de cette dynamique, il y a un enthousiasme incroyable dans ce qu'elle apporte, c'est vraiment dans l'exemplarité. Grâce à elle, tout le monde était acteur dans cette formation et c'est quand même hyper rare. Tous les managers devraient s'offrir cette cure de jouvence pour leur plus grand bonheur et celui de leurs équipes.

Manager Cabinet d'architectes LES ARCHITECTEURS

Très satisfait. Je retiens ce retour vers soi, la découverte de soi, identifier ses forces et aller chercher celles des autres. Françoise arrive à créer l'adhésion en allant toucher des sujets différents chez les uns et chez les autres, dans des univers différents. En petit groupe, c'était parfait. C'est la meilleure formation en management à laquelle j'ai participé et pourtant je ne suis pas un perdreau de l'année.

Manager FDJ

Un format original où l'on est chaque fois confronté à nous-mêmes et confronté aux autres, qui nous interroge chaque fois de l'intérieur vers l'extérieur, ce passage de l'un à l'autre sans arrêt qui nous renvoie constamment à nous-mêmes et à notre rapport aux autres, à nos relations, c'est assez fabuleux.

Manager groupe ECKES-GRANINI

Pour ce qui est des émotions, la formation m'a permis de mettre des mots sur des notions et de conscientiser certains réflexes, de mieux prendre conscience de certains automatismes. Et sur la motivation, là je me suis rendue compte que j'avais vraiment des choses à développer pour renforcer la motivation de mon équipe et de certaines personnes en particulier et avec de bons outils. J'ai apprécié le fait qu'on soit en petit groupe, avec des gens sympathiques et bienveillants, car on touche à des sujets assez personnels et Françoise arrive vraiment à créer un climat de confiance.

Manager ENEDIS

J'ai vraiment découvert des choses pendant ces 2 jours, à la fois comment bien analyser les besoins derrière certaines réactions émotionnelles que je peux constater dans l'équipe pour pouvoir travailler sur les ressorts. J'ai aussi pris conscience de mieux assumer mes forces, de travailler dessus, ça va vraiment m'aider.

**Manager groupe LOUVRE HOTEL**

Très intéressant, on travaille beaucoup sur nous-mêmes, c'est un travail qu'on fait rarement. C'est bien de pouvoir échanger sur des situations professionnelles qu'on vit tous au quotidien mais dont on ne prend jamais le temps de discuter. J'ai appris beaucoup de choses. La formation était très dynamique et participative. On a une conscientisation de plein de choses. Et ça permet de créer un langage commun dans une équipe pour dénouer plus facilement les situations.

Manager groupe LOUVRE HOTEL

Je suis extrêmement surpris de façon positive. L'intelligence émotionnelle, ça ne me parlait pas beaucoup et c'est vraiment une super découverte. Un vrai focus sur nous-mêmes, et c'est aussi utilisable pour les équipes. Beaucoup d'outils. Ça aide à déconstruire des réflexes qu'on a et qui ne sont pas toujours les bons. Et aussi à trouver des leviers d'engagement. Si on en utilise seulement 10%, ce sera déjà ça.

Manager groupe LOUVRE HOTEL

Very good training, one of the best I have taken part. Well-prepared trainer with knowledge and experience. Good balance of the theory and practice parts. Interesting presentation, dynamic, colorful, with nice quotes. Very dynamic interactive parts – many conversations and cases.

Manager groupe LOUVRE HOTEL

Very positive the ease with which the trainer presented the topic on both days without any long breaks and at the same time left enough room for the participants to develop and share. I enjoyed the training very much and would like to do another training with Françoise at any time.

Manager ACTIVE VIAM / Data Management

Je souhaitais vous remercier pour la qualité de votre intervention. La théorie des forces et tous les autres aspects étaient très clairs, forts bien expliqués, j'ai trouvé le contenu facile à suivre et votre présentation et énergie très agréables. C'est un excellent outil pour le bien-être et la motivation au travail, le suivi de ses équipes ainsi que la rétention des employés pour éviter le turnover.

Manager GROUPEMENT CARTES BANCAIRES

Une formation qui donne une vraie lecture différente, pas seulement des situations professionnelles, mais de la vie. Ça a vraiment été une révélation.

Manager – DÉPARTEMENT DU VAR

Une formation très riche. Beaucoup d'informations que j'avais pu avoir déjà mais que j'ai vraiment intégré autrement. Ça donne des outils précieux pour mieux gérer ses émotions, pour trouver de meilleures clés relationnelles avec les autres, pour apprendre à changer de point de vue et être plus agile.

Manager au sein du groupe ACTION

J'ai vraiment apprécié le rythme impulsé par Françoise, le côté péchu alors qu'on est en visio, vraiment bravo. Il y a eu énormément d'échanges, du coup on a beaucoup appris les uns des autres. Ça m'a fait du bien de revisiter les émotions et les comportements en face, par rapport à des situations vécues. Et la découverte des forces permet vraiment de revenir à nos racines, à ce qui est vraiment en nous pour savoir sur quoi on peut s'appuyer pour avancer. Pour mon équipe, ça m'a aussi donné des clés pour savoir comment renforcer leur motivation et leur plaisir. J'ai déjà fait énormément de formations donc je ne savais pas si celle-là allait me servir. Mais sur certaines notions, ça m'a carrément déclinée et apporté un éclairage complètement nouveau. Donc objectifs largement dépassés.

Manager au sein du Groupe COCA-COLA Europe

Une formation pour se sentir mieux dans sa tête et aussi dans son corps parce qu'on est moins crispé et être meilleur et plus agréable avec les autres, je trouve ça assez bluffant. Apprendre à débrancher le pilote automatique en période de stress, ça détend vraiment. Prendre conscience de l'effet des émotions sur notre capacité à bien fonctionner. On va loin, ce n'est pas superficiel, on touche des choses très profondes et ça donne envie de s'améliorer, qu'il y ait un avant et un après. C'est très puissant. J'en tire aussi des choses pour ma vie de famille.

EXEMPLES DE MISSIONS

Louvre Hotels
GROUP



GROUPE LOUVRE HOTEL - Formation de tous les managers du siège européen (2020/2021)

« Développer l'intelligence émotionnelle dans l'incertitude et la complexité. »

- Formation de 2 demi-journées, déployée en visio en français et en anglais pour 72 managers (12 groupes de 6 personnes)
 - Objectif : apporter un nouveau souffle aux managers dans le contexte compliqué de la pandémie, leur permettre de mieux prendre appui sur leurs ressources pour impulser une dynamique positive dans leur équipe
- *Référence : Aymeric Lecoq, Directeur University & Développement RH (Louvre Hotels Group)



GIE CARTES BANCAIRES - Formation de l'ensemble des managers et des équipes (2022)

« Insuffler une dynamique partagée dans l'entreprise pour mieux tirer parti des évolutions. »

- Formation managers / **Leadership & Intelligence collective : revisiter ses pratiques managériales pour développer l'engagement et la collaboration**
 - Formation de 2 jours, déployée en présentiel pour l'équipe dirigeante et les managers (32 personnes sur 6 sessions en petits groupes de 4 à 6 personnes)
 - Objectif : apporter aux managers des éclairages nouveaux et des outils pour enrichir leur management en intégrant les nouvelles pratiques de management à distance
- Formation collaborateurs / **Moi en mieux : gagner en efficacité et en épanouissement pro et perso en tirant mieux parti de son potentiel**
 - Formation d'une journée, en présentiel pour les 70 collaborateurs de l'entreprise (7 sessions de 10 personnes)
 - Objectif : offrir aux collaborateurs des éclairages et outils pour être partie prenante de la nouvelle dynamique.

*Référence : Agnès Gallon, Directrice des RH et de la Transformation du GIE Cartes Bancaires

FRD / Françoise RIERA-DABO



Consultante, formatrice et conférencière, praticienne expert en psychologie positive appliquée aux environnements professionnels, j'aime bien me définir comme une "ÉCLAIREUSE AMÉLIORISTE" ;) car proposer des éclairages nouveaux pour s'adapter positivement aux évolutions est le dénominateur commun de toute ma trajectoire professionnelle. Après une première partie de carrière consacrée à l'analyse des tendances sociétales appliquées au marketing et au brand consulting, j'ai choisi de mettre ma passion pour la compréhension et l'éclairage des comportements humains au service de la transformation positive des personnes et des organisations.

Formation : SciencesPo.Paris, Université du Kent (Canterbury), Centrale Supélec Executive Certificate en psychologie positive appliquée au leadership et aux transformations.

Inspiration : « *S'adapter, ce n'est pas se soumettre au contexte et se transformer en oubliant nos besoins essentiels... c'est agir efficacement pour satisfaire nos besoins essentiels, préserver notre équilibre et œuvrer à notre épanouissement.* » Henri Laborit, neurobiologiste

Pour en savoir plus, vous pouvez aller visiter mon site www.frd-conseil.com ou encore mieux, contactez-moi ! Rien ne vaut le contact humain ! :)

