

VERS UNE ÉQUIPE RÉELLEMENT ENGAGÉE

87 % des salariés européens sont désengagés (Gallup, 2024).

L'engagement ne se décrète pas, il se construit.

Il émerge lorsque les collaborateurs se sentent utiles, alignés, stimulés, soutenus, reconnus et épanouis.



L'Engagement des Employés est le fil rouge de toutes nos interventions.

Pour nourrir l'engagement de vos équipes de manière durable, nous intervenons à travers **5 grands leviers complémentaires**.

Le fil rouge des formations MH

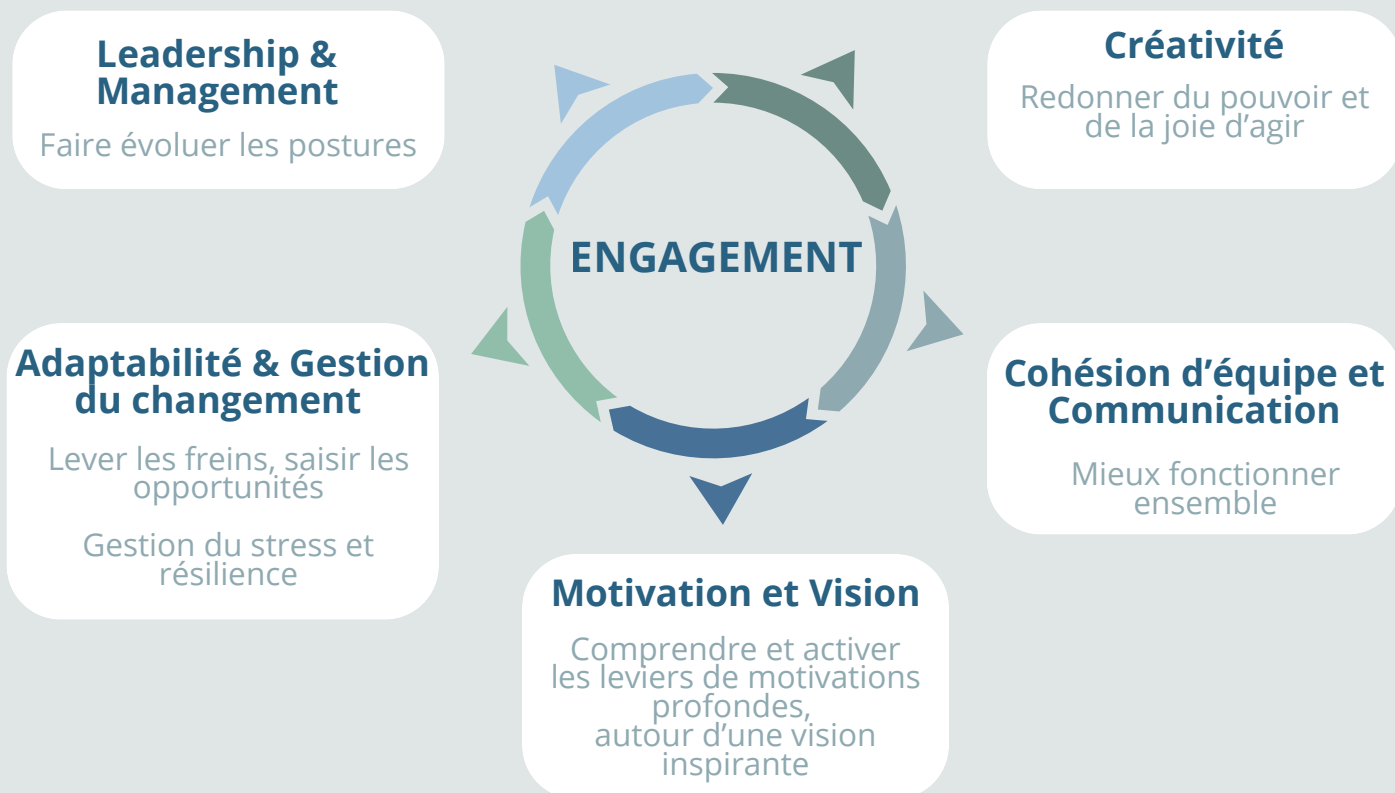


Table des matières

Le fil rouge des formations MH	1
Les leviers de l'engagement	3
Notre méthodologie unique	4
Nos formations phares	
NEUROLEADERSHIP , pour des LEADERS impactants	5
ADAPTABILITÉ & GESTION DU CHANGEMENT - Transformez l'Incertitude en Performance Durable - Développez la Résilience Collective	6
MOTIVATION & VISION - Réactivez l'Engagement au Travail - Créez une Vision Inspirante et Fédératrice	7
COMMUNICATION - Les fondamentaux de la Neuro-Communication - Communiquer sous pression - Adoptez une communication assertive qui donne confiance face aux comportements problématiques - Surmonter la résistance et inspirer la flexibilité - Captiver et inspirer	8
COHÉSION D'ÉQUIPE - Bâissez une Équipe Solide et Alignée - Faites de la Diversité Culturelle un Atout	9
CRÉATIVITÉ & INNOVATION - Transformez vos Réunions en Brainstormings Productifs - Stimulez la Créativité et l'Agilité Mentale de vos Équipes - Résolvez un Problème Réel Grâce à la Facilitation Créative	10
Contact	12

1. Neuroleadership : Dirigez avec le Cerveau pour Décupler votre Impact

Former les managers et leaders à intégrer les apports des neurosciences pour mieux :

- comprendre et gérer les réactions humaines (stress, résistance, démotivation...)
- Renforcer la cohésion d'équipe et l'intelligence collective
- créer un cadre sécurisant, motivant et responsabilisant

Pourquoi ça fonctionne: **Le manager devient un facilitateur d'engagement, il sait activer les ressources de son équipe plutôt que de les épuiser.**

2. Adaptabilité et Gestion du Changement

- Mieux vivre les transitions, en travaillant sur les mécanismes de résistance, le sens, la communication, la posture et l'adaptation. Transformer les résistances en opportunités
- Gérer le stress : retrouver un fonctionnement optimal en situation tendue

Pourquoi ça fonctionne: **les équipes engagées sont celles qui savent gérer les tensions et l'inattendu, qui comprennent pourquoi elles changent, et qui sont accompagnées dans le processus.**

3. Motivation et vision

- Identifier et activer les leviers de motivations profondes et individuelles
- Lever les freins personnels à la motivation
- Créer une vision inspirante et fédératrice en clarifiant cap, objectifs et valeurs

Pourquoi ça fonctionne: **l'engagement est durable quand il est connecté aux motivations intrinsèques et aux valeurs personnelles.**

4. Cohésion d'équipe et Communication

- Augmentez votre Impact avec la Neuro-Communication – Des échanges plus précis, clairs et mobilisateurs, même en situation de tension
- Bâissez une Équipe Solide et Alignée – Renforcez la confiance, gérez les tensions et les dynamiques, améliorez les synergies
- Faites de la Diversité Culturelle un Atout – Créez un climat inclusif propice à la performance collective.

Pourquoi ça fonctionne: **l'engagement naît d'interactions de qualité et d'un climat de confiance, dans lequel chacun se sent respecté, entendu et reconnu.**

5. Créativité collective : redonner du pouvoir d'agir

- Apprendre à sortir du mode automatique, s'autoriser à penser autrement, à proposer, tester, rebondir sur des opportunités, et construire ensemble
- Valoriser les idées et l'autonomie, révéler les talents

Pourquoi ça fonctionne: **Les personnes engagées sont celles qui ont l'espace pour s'exprimer, proposer et co-construire des solutions.**



Notre méthodologie unique combine:

Neurosciences + Créativité + Plaisir

Pour un impact profond sur :

Comportements + Mentalités + Environnement de travail

Un accompagnement intelligent et personnalisé :



Interactive



Intégration
facilitée des
compétences



Application
immédiate



Format
adapté à vos
contraintes



Intégration de vos
problématiques
dans le cursus



Suivi
d'évolution

Les formats disponibles

- Formations
- Ateliers de 3h
- Conférences
- Coachings individuels

Présentiel ou
Blended learning

Français
Anglais



NeuroLeadership - Dirigez avec le cerveau pour décupler votre impact et inspirer la performance

Pilotez plus intelligemment grâce aux neurosciences. Cette formation pratique donne aux Leaders, Dirigeants et Managers les clés pour mieux gérer, au sein de leurs équipes, le stress, la motivation et les dynamiques d'équipe, afin de révéler le meilleur d'eux-mêmes et de leurs collaborateurs.

Vos bénéfices clés

Renforcez votre résistance au stress, votre concentration et votre clarté de décision grâce à la neuroplasticité.

Développez un style de leadership percutant en vous adaptant au fonctionnement cognitif et émotionnel de chacun.

Menez les transitions en douceur en réduisant la résistance au changement de votre équipe. Inspirez la motivation en activant les leviers d'engagement durable.

Modules de formation (1 jour au choix ou programme complet)



Coachier l'équipe

- Créez la confiance et la connexion par l'écoute active et le questionnement stratégique.
- Révélez les obstacles cachés et les véritables défis.
- Donnez à votre équipe les moyens de résoudre les problèmes et de gagner en autonomie.



Diriger sous pression

- Restez calme et communiquez clairement, même dans les situations à forte pression.
- Désamorcez le stress et maintenez la performance de l'équipe.
- Soutenez vos collaborateurs avec des stratégies de communication adaptées au stress.



Développer une équipe orientée solutions

- Libérez la flexibilité et la résolution créative de problèmes.
- Dépassez les résistances et facilitez un état d'esprit de croissance.
- Aidez votre équipe à aborder le changement avec confiance.



Renforcer la cohésion d'équipe

- Comprenez comment le cerveau façonne la confiance, les comportements et les dynamiques de groupe.
- Décodez votre positionnement inconscient au sein de l'équipe pour adopter une posture de leader affirmé et aligné.
- Gérez les tensions, les jeux de pouvoir et favorisez un environnement collaboratif.



Motiver et optimiser la performance

- Leadership Motivationnel: Identifiez les motivations profondes et durables de vos collaborateurs.
- Adaptez votre leadership aux profils neurocognitifs pour un engagement renforcé.
- Utilisez les neurosciences pour allier durablement bien-être et performance.



GESTION DU CHANGEMENT ET ADAPTABILITÉ



Résilience

Réduisez l'absentéisme et augmentez la stabilité émotionnelle de vos équipes

Donnez-vous les moyens de gérer le stress, de réguler vos émotions, de prendre des décisions éclairées et de communiquer efficacement, même sous pression.

Formats 1 jour en présentiel, blended learning, ou atelier de 3h

Bénéfices clés

Comprenez l'impact du stress sur le cerveau, le comportement et les relations

Repérez vos propres déclencheurs de stress et développez des stratégies pour en réduire l'impact

Maîtrisez des techniques pour rester calme, présent et rationnel

Adaptez votre communication face à des interlocuteurs stressés

Programme

- ◆ Les mécanismes cérébraux du stress : passez de la surcharge à la clarté.
- ◆ Reconnaître et gérer 3 types de stress et savoir comment les réguler.
- ◆ Des outils d'auto-régulation cognitive pour gérer le stress et prévenir l'épuisement.
- ◆ Adapter son style de communication au niveau du stress des autres.
- ◆ Explorer comment réduire le stress au sein de l'équipe et de l'environnement de travail.



Transformez l'Incertitude en Performance Durable

Faites du changement un levier

Préparez vos équipes à accueillir le changement et à le transformer en opportunité. Aidez vos équipes à s'épanouir dans l'incertitude grâce à des outils neuroscientifiques qui transforment les mentalités, activent l'intelligence adaptative, réduisent les résistances et ancrent une culture de croissance.

Formats 1 jour en présentiel, blended learning, ou atelier d'introduction de 3h

Bénéfices clés

Abordez les défis avec plus de maîtrise, de concentration et de créativité

Dépassez les schémas improductifs pour construire des comportements flexibles et adaptatifs

Renforcez votre prise de décision et votre résilience sous pression

Tirez parti des habitudes et des automatismes mentaux pour une action rapide et efficace

Programme

- ◆ Les mécanismes cérébraux activés par le changement et leur impact sur les émotions, les décisions et les interactions.
- ◆ Comment identifier vos propres réactions au changement et vos biais cognitifs.
- ◆ Des techniques pour passer de la réaction automatique à une stratégie intentionnelle.
- ◆ Des outils pour recadrer la résistance et cultiver un état d'esprit de croissance.
- ◆ Comment cultiver le calme, la clarté, l'ouverture et la collaboration.

Prêt(e) à saisir de nouvelles opportunités et faire tomber les résistances ? Contactez-nous!

Tous droits réservés MH Formations ©



MOTIVATION ET VISION

Réactivez l'Engagement au Travail – Activez les leviers de la motivation profonde et alignez sens et reconnaissance

Découvrez la motivation sous l'angle des neurosciences pour vous reconnecter à ce qui vous donne de l'énergie et à vos talents. Cette formation aide les collaborateurs en perte de vitesse à retrouver un moteur durable, renforçant ainsi leur perspective, leur engagement et leur satisfaction au travail. Un changement en profondeur garanti!



Formats 1 jour en présentiel, blended learning, atelier de 3h, ou sessions individuelles

Bénéfices clés

Comprendre comment la motivation fonctionne dans le cerveau

Identifier ce qui vous motive et vous dé motive – vous et votre équipe

Augmenter l'engagement, l'énergie et la collaboration

Acquérir des stratégies à long terme pour préserver la motivation et le bien-être

Recadrer les défis pour soutenir la motivation et l'élan

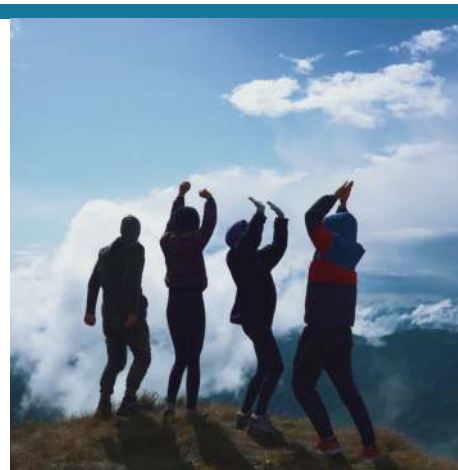
Programme

- ◆ Distinguer les motivations intrinsèques (profondes) des motivations conditionnelles.
- ◆ Identifier ses moteurs personnels d'énergie et d'accomplissement.
- ◆ Repérer les blocages cognitifs et émotionnels à l'engagement.
- ◆ Comprendre ce qui motive les autres et adapter les dynamiques d'équipe.
- ◆ Aligner son travail avec son profil neurocognitif pour plus d'impact.

Créez une Vision Inspirante et Fédératrice – Clarifiez cap, objectifs et valeurs pour mobiliser vos équipes

Alignez les talents, le sens et la performance pour stimuler une action qui a du poids. « Les gens ne sont pas motivés par ce qu'ils doivent faire, mais par ce en quoi ils croient. » — Simon Sinek.

Cette formation aide les équipes à définir une vision claire, à fixer des objectifs motivants et à ancrer des valeurs qui guident leurs actions.



Formats 1 jour en présentiel. Séminaire hors site (au vert) recommandé

Bénéfices clés

Une vision inspirante qui nourrit le sens et l'énergie

Des objectifs motivants et concrets qui encouragent l'appropriation et l'initiative

Des valeurs partagées qui facilitent la prise de décision et la cohésion

Un alignement parfait entre la raison d'être, les actions et la performance

Programme

- ◆ Construire une vision puissante qui suscite l'adhésion. Traduire les missions en actions concrètes.
- ◆ Fixer des objectifs "neuro-compatibles" qui surmontent les résistances.
- ◆ Définir des valeurs porteuses de sens qui guident des décisions rapides et alignées.



COMMUNICATION



Augmentez votre Impact avec la Neuro-Communication

Des échanges plus précis, clairs et mobilisateurs, même en situation de tension

Faites passer votre communication au niveau supérieur grâce aux neurosciences comportementales. Décodez les comportements de vos interlocuteurs pour communiquer avec précision et impact. Cette formation est essentielle pour tous les collaborateurs en contact direct avec l'écosystème de l'entreprise : clients, fournisseurs, prestataires et partenaires.

Formats 5 modules indépendants de 1 jour chacun, en présentiel, en ligne, en Blended learning.

Bénéfices clés

Des compétences avancées en communication, adaptées aux schémas cognitifs et émotionnels de votre interlocuteur.

Une compréhension fine de la manière dont le cerveau traite l'information et réagit sous pression.

Des outils pour gérer les interactions à fort enjeu avec des collègues ou clients difficiles.

Des relations renforcées, une meilleure collaboration et plus d'influence dans les situations complexes.

Programme

Module 1 – Les fondamentaux de la Neuro-Communication

Développez les compétences essentielles : écoute active, questionnement, clarté et efficacité interpersonnelle.

Module 2 – Communiquer sous pression

Comprenez les mécanismes du stress et adaptez votre communication aux différents types et niveaux de stress. Gérez les conversations difficiles avec confiance.

Module 3 – Adoptez une communication assertive qui donne confiance face aux comportements problématiques

Résolvez les conflits, rebâissez la confiance et créez des interactions saines. Améliorez votre communication pour favoriser la collaboration, même avec des profils challengeants.

Module 4 – Surmonter la résistance et inspirer la flexibilité

Utilisez les dynamiques cérébrales pour gérer les objections, réduire la résistance et susciter l'ouverture, l'adaptabilité et la pensée créative.

Module 5 – Captiver et inspirer

Identifiez les motivations profondes de votre interlocuteur pour adapter votre langage verbal et non verbal, afin d'inspirer et connecter avec impact.

**Prêt(e) à faire un bond de géant dans vos compétences en communication ?
Contactez-nous !**



► COHÉSION D'ÉQUIPE

Bâtissez une Équipe Solide et Alignée – Renforcez la confiance, gérez les tensions et les dynamiques, améliorez les synergies

Transformez les dynamiques de votre équipe en créant une confiance authentique, en levant les non-dits et en encourageant une collaboration constructive. Cette formation s'appuie sur le fonctionnement du système paléolimbique pour aider les équipes à décoder les réactions émotionnelles, les comportements de groupe et les forces invisibles qui régissent la confiance et la cohésion.



Formats 1 jour en présentiel, ou blended learning.

Bénéfices clés

(Re)construire une dynamique de collaboration basée sur la confiance et le respect mutuel.

Une meilleure conscience de votre positionnement inconscient et de son impact sur le groupe.

Des outils pour gérer les tensions et les résistances sans dégrader les relations.

Des pratiques de communication claires et respectueuses, qui favorisent la sécurité psychologique.

Programme

- ◆ Comment le cerveau pilote la confiance, la peur et les comportements sociaux.
- ◆ Vos propres schémas inconscients dans un groupe – et comment les faire évoluer.
- ◆ Décoder les jeux de pouvoir, les enjeux de statut et les tensions implicites.
- ◆ Des techniques pour rebâtir la confiance et établir des rituels de collaboration.

Faites de la Diversité Culturelle un Atout – Créez un climat inclusif propice à la performance collective

Dépassez les barrières de communication et faites de la diversité un avantage stratégique. Cette formation donne aux équipes les moyens de naviguer dans la complexité culturelle avec empathie, clarté et confiance, pour créer un environnement où chacun se sent respecté, inclus et engagé.



Formats 1 jour en présentiel, ou blended learning.

Bénéfices clés

Des compétences en communication inclusive pour naviguer les différences culturelles avec aisance.

Des outils pour éviter les biais, les mauvaises interprétations et l'exclusion.

Des pratiques de feedback saines et constructives qui renforcent la cohésion et la confiance.

Une culture d'équipe plus adaptative, qui valorise la curiosité et la différence.

Programme

- ◆ Les neurosciences de la perception, des biais et de la communication inter-culturelle.
- ◆ Comment décoder et s'adapter à une diversité de valeurs, de styles de communication et de normes.
- ◆ Des stratégies pratiques pour prévenir les malentendus et promouvoir un dialogue ouvert.
- ◆ Créer un sentiment d'appartenance et transformer la diversité en intelligence collective.

Prêt(e) à changer durablement la dynamique de votre équipe ? Contactez-nous !



➤ CRÉATIVITÉ ET INNOVATION



Transformez vos Réunions en Brainstormings Productifs

Trop de séances de brainstorming mènent... nulle part. Cette formation redonne au brainstorming ses lettres de noblesse en tant qu'outil stratégique, en aidant les équipes à **générer des idées audacieuses, structurées et réellement exploitables pour répondre à des défis concrets.**

Formats 1 jour en présentiel, blended learning, atelier de 3h, ou sessions individuelles

Bénéfices clés

Un processus de brainstorming structuré et efficace qui livre des résultats tangibles.

Des techniques pour libérer l'originalité et dépasser l'évidence.

Une posture de facilitation qui encourage l'inclusion, la clarté et la prise de risque créative.

Une équipe confiante, engagée et prête à contribuer de manière créative.

Des idées à la fois innovantes, réalisables et alignées sur vos objectifs stratégiques.

Programme

- ◆ Comment créer un environnement sécurisant et énergisant, propice aux idées audacieuses.
- ◆ Des règles "neuro-compatibles" qui allient créativité et structure.
- ◆ Des outils pour surmonter les blocages mentaux et sortir de la pensée automatique.
- ◆ Des méthodes pour combiner, améliorer et prioriser les idées.
- ◆ Le rôle et l'état d'esprit d'un facilitateur efficace.
- ◆ Comment transformer l'énergie et les idées en solutions concrètes et utilisables.

Stimulez la Créativité et l'Agilité Mentale de vos Équipes pour dépasser les blocages



Aidez votre équipe à libérer son potentiel créatif en devenant autonome dans le processus de résolution de problèmes, à innover dans ses projets et s'adapter avec agilité. Cette formation très pratique active la créativité individuelle et collective pour construire des équipes flexibles, pleines de ressources et tournées vers l'avenir.

Formats 1 à 3 jours (recommandés), présentiel, blended learning, atelier de 3h, ou sessions individuelles

Bénéfices clés

Une équipe plus autonome, capable de s'appropriier le processus de résolution de problèmes avec assurance.

Une équipe plus agile et ingénieuse, capable d'innover dans ses projets et de s'adapter aux défis.

La capacité d'innover sur les projets en sortant des sentiers battus.

Une culture d'équipe flexible et tournée vers l'avenir, qui stimule la créativité collective.

Programme

- ◆ Comment activer le flux créatif grâce à des processus accessibles et structurés.
- ◆ Des techniques de questionnement stratégique pour définir le bon problème.
- ◆ Des outils pour faire émerger des idées originales et dépasser la pensée habituelle.
- ◆ Des techniques pour enrichir, sélectionner et mettre en œuvre les meilleures idées.
- ◆ Comment identifier et capitaliser sur les styles créatifs de votre équipe.

► CRÉATIVITÉ ET INNOVATION

Résolvez un Problème Réel Grâce à la Facilitation Créative –

Une session pour débloquer collectivement un enjeu d'équipe



Besoin d'avancer sur un projet, une innovation ou une problématique complexe ? Nous guidons votre équipe à travers un atelier sur mesure qui recadre votre défi, libère la pensée audacieuse et génère des idées nouvelles directement exploitables.

Formats Ceci n'est pas une formation mais une session de facilitation centrée sur l'obtention de résultats. Durée adaptée à votre enjeu. Idéal pour les questions stratégiques, les phases de transformation ou les équipes d'innovation.

Bénéfices Clés

Une session structurée et énergisante, centrée sur votre défi réel.

Un recadrage créatif pour comprendre les causes profondes et explorer de nouveaux angles.

Des idées originales et réalisables, alignées sur votre contexte et vos contraintes.

Une expérience collective qui renforce l'alignement et la dynamique de groupe.

Des prochaines étapes claires et une vision renouvelée pour aller de l'avant.

Prêt(e) à stimuler la créativité et l'audace de vos équipes ?



contact@mhformations.com
+32 (0) 460 21 60 68



Envie d'avancer autrement ?
Échangeons autour de vos besoins, de vos défis... ou même de vos idées les plus audacieuses !

Contactez-nous : un simple message peut tout déclencher.

Chez MH Formations, nous activons ces leviers de motivation grâce à une approche unique alliant neurosciences comportementales, créativité appliquée, plaisir et solutions personnalisées.

Notre Accompagnement

Diagnostic | Formations | Mise au vert | Coaching

Une formation n'est efficace que si elle répond à vos vrais besoins.

Avant toute intervention, nous vous proposons un **diagnostic gratuit** pour :

- Clarifier vos enjeux invisibles ou sous-estimés
- Identifier les freins à la motivation et à la performance
- Définir les bons leviers d'action pour un changement durable

Un bon diagnostic, c'est un gain de pertinence, d'efficacité... et de résultats concrets, pour une formation ciblée, ajustée à votre réalité de terrain.

CONTACT

Hélène Nicora and Maryline Munch
contact@mhformations.com
+32 (0) 460 21 60 68

Plus d'infos sur notre approche et notre équipe expérimentée : mhformations.com