



Mieux collaborer avec les hypersensibles : clés concrètes pour les managers, RH et collègues

Aurélia Monaco

Mardi 10 juin 2025

QUI SOMMES-NOUS ?



Nos métiers



LA FORMATION



LE CONSEIL



L'ÉDITION



À votre service
depuis 40 ans !



PROGRAMME

- 1 Qu'est-ce que l'hypersensibilité?
- 2 Comment mieux collaborer ?
 - *quand est hypersensible*
 - *avec les hypersensibles*
- 3 La compétence clé commun
- 4 Questions & Réponses



1. Qu'est-ce que l'hypersensibilité?

4 caractéristiques

1

Réactivité & intensité
émotionnelle

2

Réactivité & intensité
sensorielle

3

Pensée complexe

4

Hyper-empathie



Points essentiels

« Une sensibilité plus élevée que la moyenne qui se traduit par une réceptivité accrue aux stimuli intérieurs, comme extérieurs, des perceptions fines, ainsi qu'un traitement en profondeur de l'information »

**L'hypersensibilité n'est pas un trouble,
c'est pour cela qu'il n'existe pas de diagnostic.**

31 % de la population serait concernée,
autant d'hommes que de femmes.



2. Comment mieux collaborer ?

Lorsque l'on est hypersensible :

B E L

B E S O I N S

E N V I R O N N E M E N T

L I M I T E S



2. Comment mieux collaborer ?

Lorsque l'on collabore avec des hypersensibles :

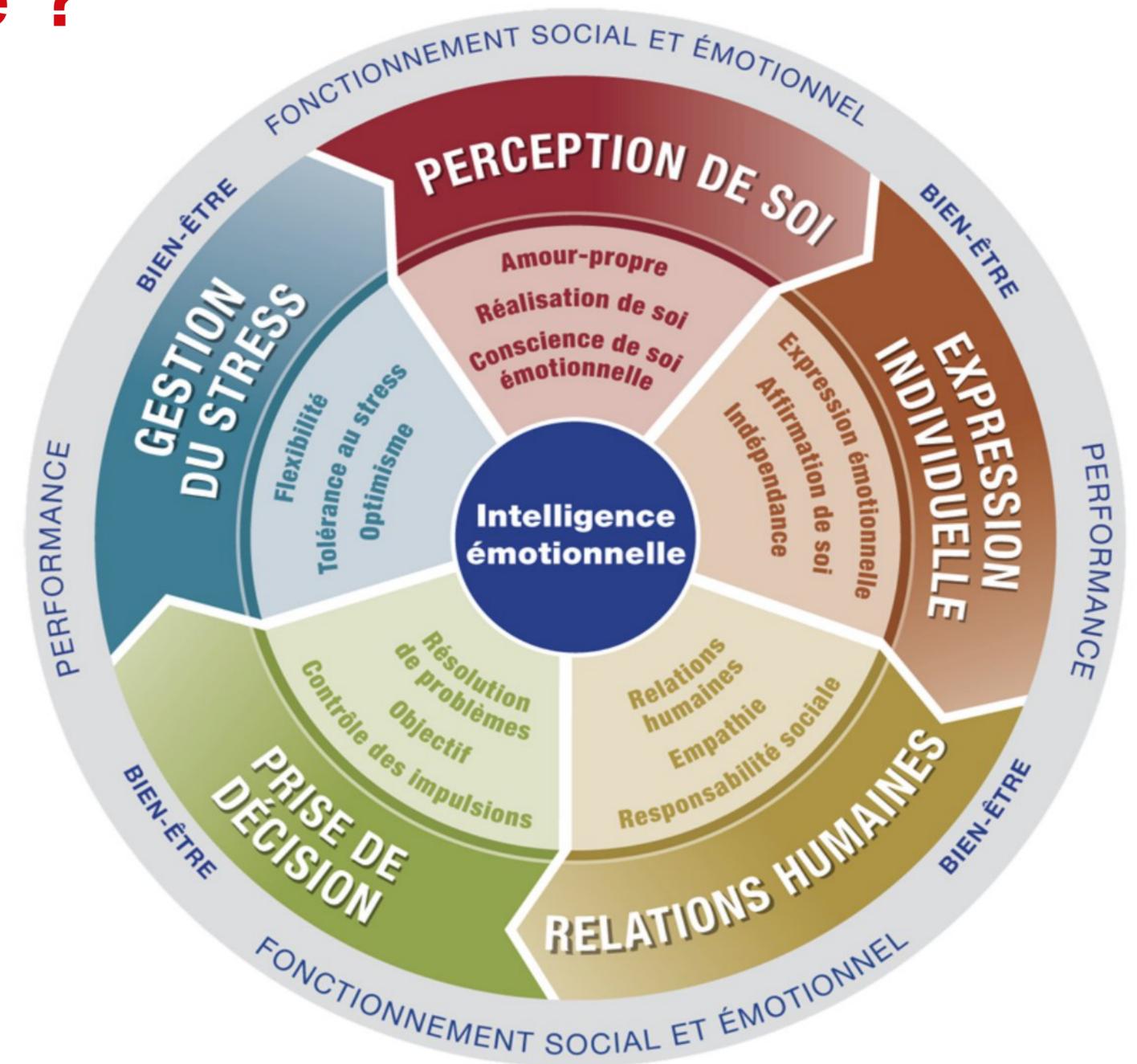
- L'importance du cadre
- Un leadership incarné
- Le besoin de reconnaissance
- Réunir les talents dans une équipe



3. La compétence clé commune ?

L'intelligence émotionnelle
Un socle de **5 compétences**

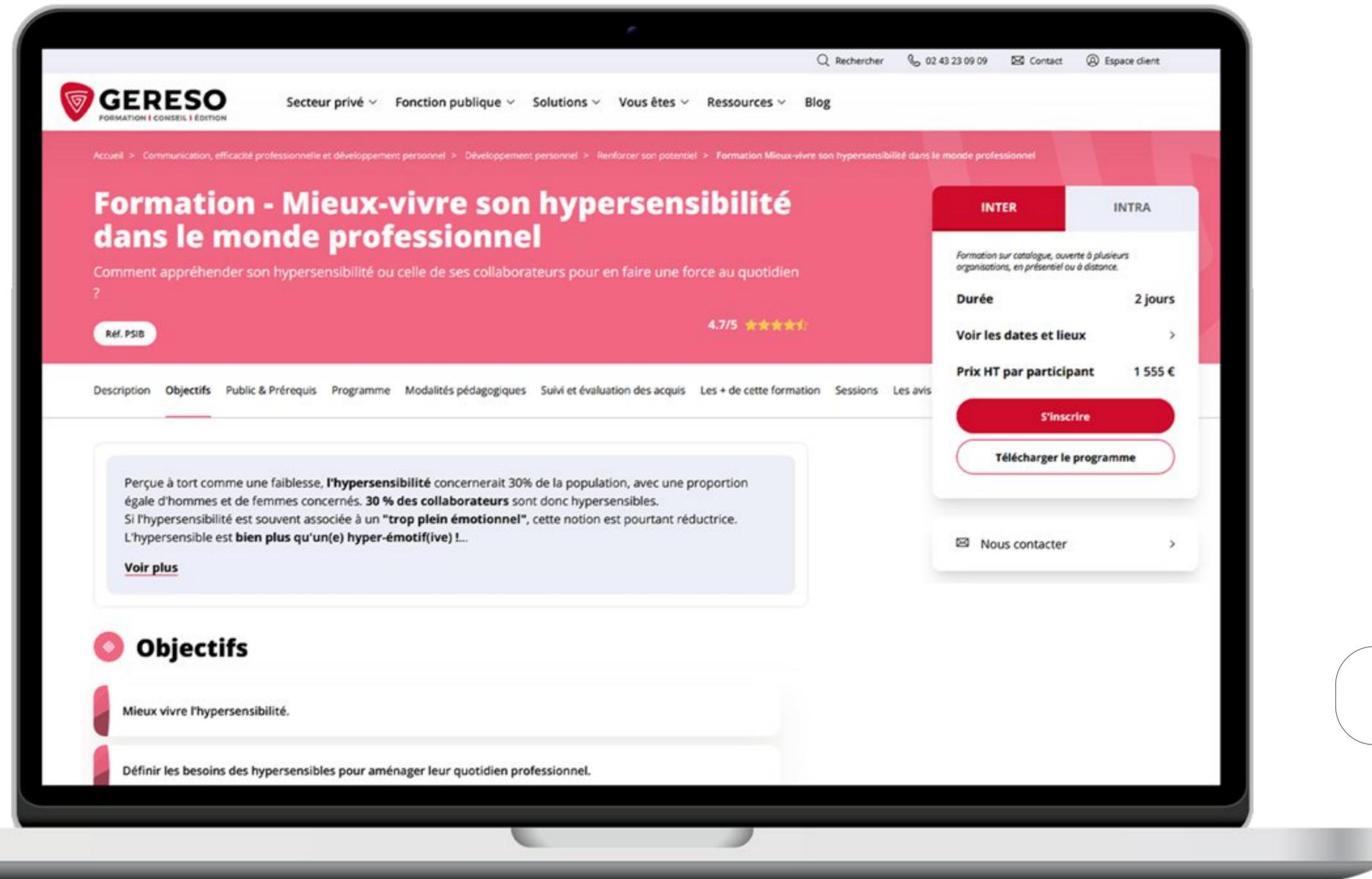
« La capacité à réguler ses émotions et celles des autres, à les distinguer et à utiliser ces informations pour guider sa pensée et ses actions ».





4. QUESTIONS / RÉPONSES





Mieux-vivre son hypersensibilité dans le monde professionnel

www.gereso.com/PSIB

Prochaine session :

**« Mieux Vivre Son Hypersensibilité dans le
monde professionnel »**

29 & 30 septembre 2025





J'assume mon hypersensibilité

Aurélia Monaco

www.librairie.gereso.com

MERCI À VOUS !



Gardons le contact
formation@gereso.fr

