CONNEXENS



Florence Gayet

Médiatrice • Formatrice • Avocate (2016-2021)

Prendre soin de la relation,
au travail.

Pourquoi agir sur la qualité relationnelle au travail ?

⚠️ **1 salarié sur 2** est en détresse psychologique au travail

📉 Seuls **8 %** de salariés français se déclarent engagés au travail

💶 **14 840 €** représente le coût annuel du désengagement par salarié

Sources : Empreinte Humaine / Ipsos-BVA, 2026 · Gallup, 2026 · Indice IBET, Mozart Consulting, 2024

Les tensions relationnelles ne sont pas une fatalité.

Les tensions au sein des équipes se manifestent **à bas bruit et de multiples façons** : irritabilité, non-dits, repli, retrait en réunion, conflits récurrents…

Elles sont souvent **un signal** à identifier.

Accueillies **suffisamment tôt,** avec les **bons outils** et la **juste posture,**
les tensions peuvent être accompagnées avant que le conflit ne s'installe.

Elles peuvent alors devenir un **levier de coopération et de performance.**



Trois façons d'agir

PRÉVENIR · ACCOMPAGNER · RÉTABLIR

*"J'utilise les outils de la médiation pour **prévenir les conflits**, **accompagner les tensions** et **rétablir le dialogue** dans les équipes de travail."*

PRÉVENIR

Parcours “L’Ancre relationnelle”

J’accompagne **les managers** et **les équipes RH** dans les situations de tension.
Objectif : savoir anticiper les tensions, identifier quand et comment agir pour les traverser sans s’épuiser.

Formations pour les entreprises

J’anime des ateliers pratiques à destination des entreprises sur :

· **la prévention et la gestion des conflits**

· **la santé mentale au travail.**

ACCOMPAGNER

Analyse des pratiques professionnelles entre pairs

J'organise et anime des **analyses des pratiques professionnelles (APP)**

J'instaure un espace structuré et sécurisant pour :

- **déposer les situations vécues comme difficiles**
- **croiser les regards et mobiliser l'intelligence collective**
- **faire évoluer sa pratique.**

Accompagnement individuel · Mentoring

Un espace **pour déposer une situation,** bénéficier **d'eclairages** et **soutenir sa pratique**.

RÉTABLIR

Médiation en entreprise

J'interviens comme médiatrice dans les entreprises

Je garantis un cadre neutre et confidentiel pour :

· accompagner les personnes **dans la recherche de solution(s) commune(s)**

· renouer le dialogue et améliorer la communication

· retrouver une capacité à coopérer.

Une conviction au coeur de ma pratique

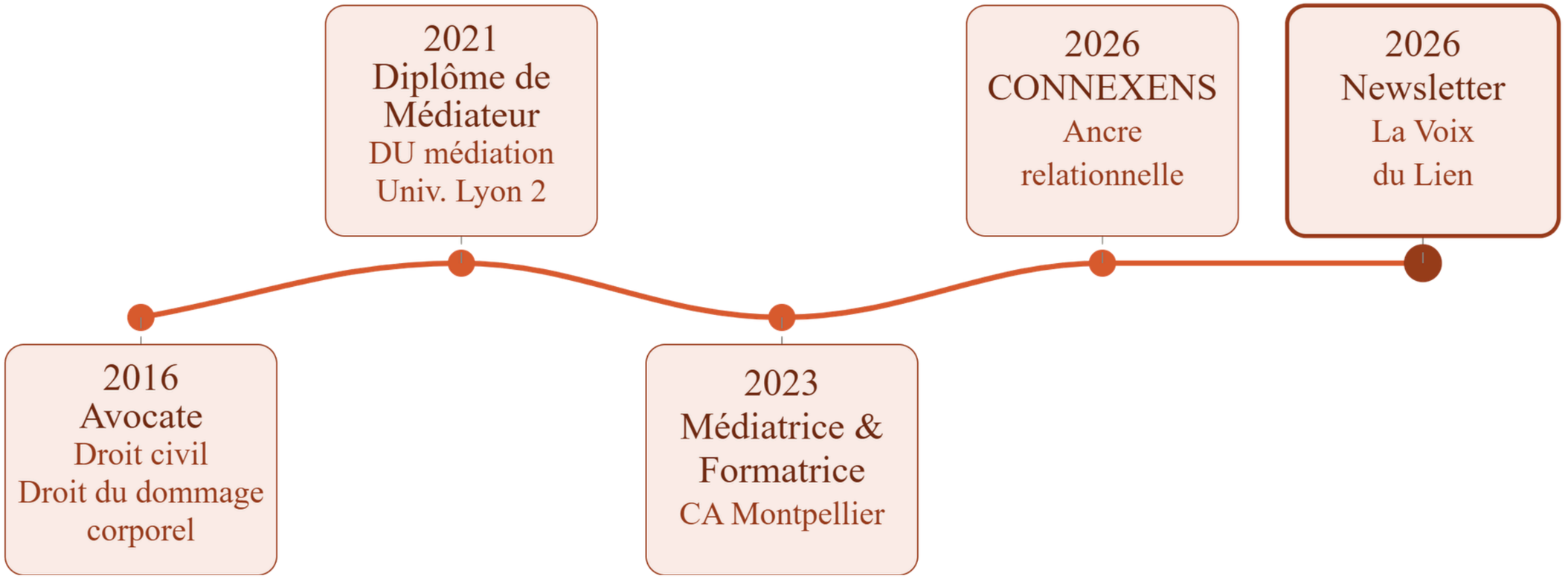
Gérer les tensions et prévenir les conflits,
c'est avant tout **prendre soin de la qualité des relations.**

C’est elle qui nourrit durablement
la confiance, l'engagement et la coopération.



A propos

D'avocate à médiatrice, le conflit est resté au cœur de mon activité.
C'est ma manière de l'accompagner qui a changé :



Collaborations et partenariats

Mouvement des Entreprises de France Gard

AQUA VALLEY

LYCÉE AGRICOLE PRIVÉ MEYNES GARD

Centre de Médiation du Barreau de Montpellier

Bfor Médiation

Institut Régional Médiation Occitanie

CONTACT



Florence Gayet

Médiatrice · Formatrice · Avocate (2016 - 2021)

Montpellier

Prendre soin de la relation.

florencegayet.mediation@gmail.com

Parlons ensemble de ce qui se joue dans vos équipes.