

Moins de jugements, plus de faits

« Ce qui trouble les individus, ce ne sont pas les faits, mais les jugements qu'ils plaquent sur eux. »
Épictète, Manuel V

Upolepsis est une méthode, brève et mesurable, qui transforme les jugements négatifs bloquants, sur les difficultés professionnelles, en évaluations factuelles et utiles pour l'action orientée solution. Elle s'applique à l'échelle individuelle (managers, collaborateurs) ou collective (équipes, comités).

Bénéfices :

Gestion des tensions :

réduction des réactions contre-productives.

Efficacité :

décisions plus lucides.

Sérénité opérationnelle :

diminution des ruminations qui parasitent l'action.

Coopération efficiente :

langage commun des faits.

Format & Mesures d'efficacité :

7 unités d'exercices d'entraînement, à réaliser en ligne.

Un bot IA, spécialisé, d'aide à la factualisation sur-mesure.

Pré-test avant démarrage, post-test à l'issue : progression objectivée et validée.