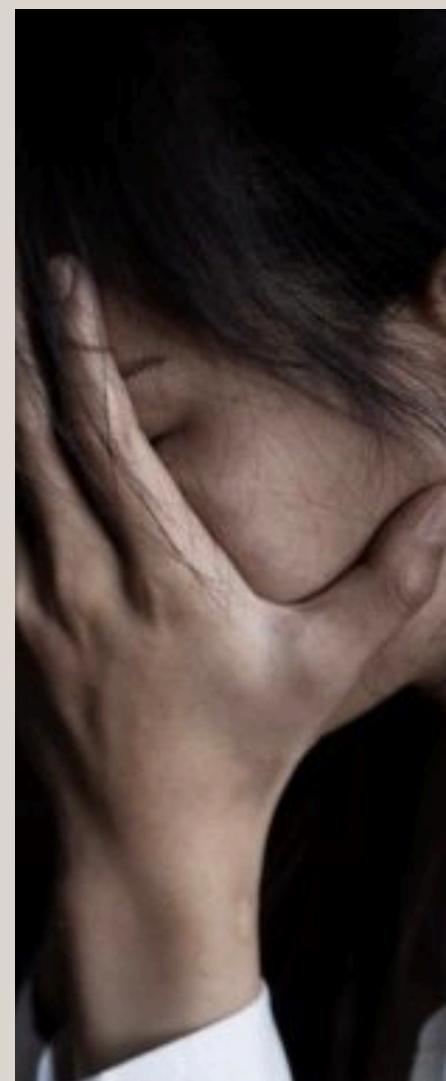


Construire des liens authentiques  
à l'ère du numérique,  
par Agnes Menso



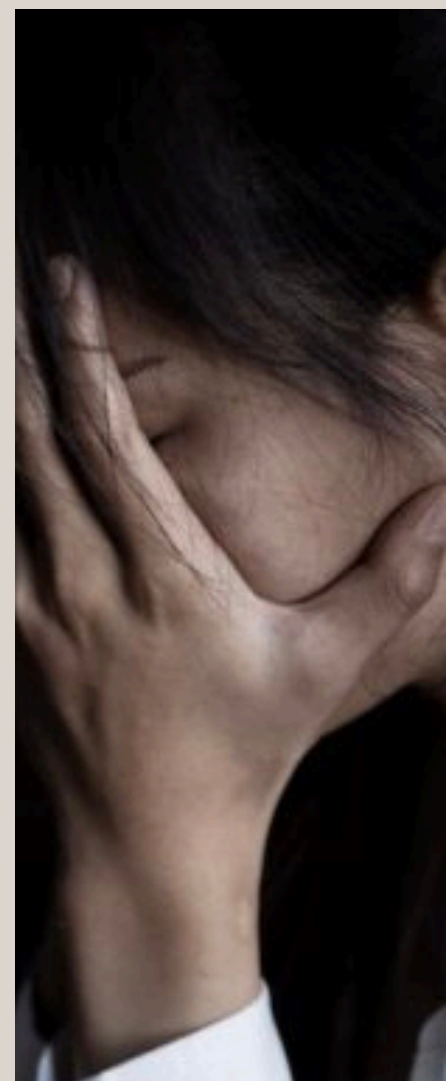
Réseaux sociaux, réunions virtuelles, échanges instantanés... Nous n'avons jamais été autant connectés numériquement.



Am<sub>+</sub>



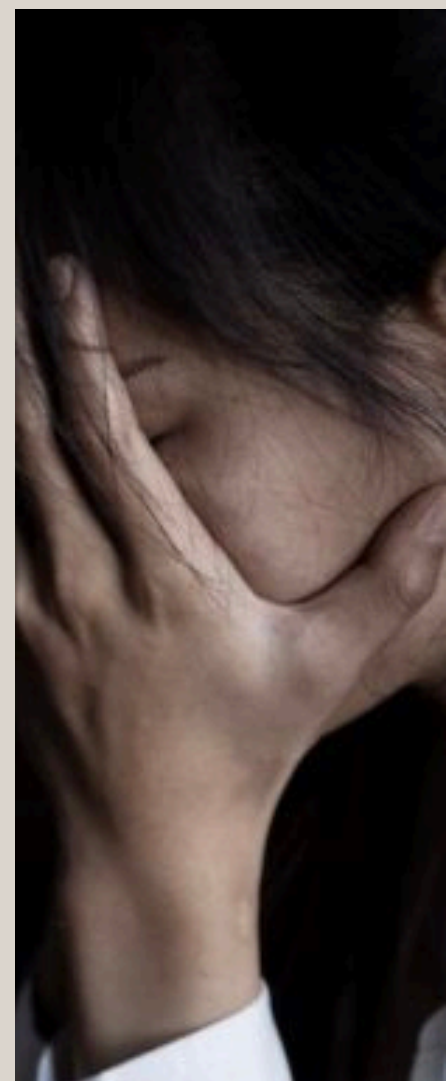
Pourtant, nous ressentons de plus en plus un manque de liens profonds, concrets, réels. Des liens de vie. Authentiques...



Am+



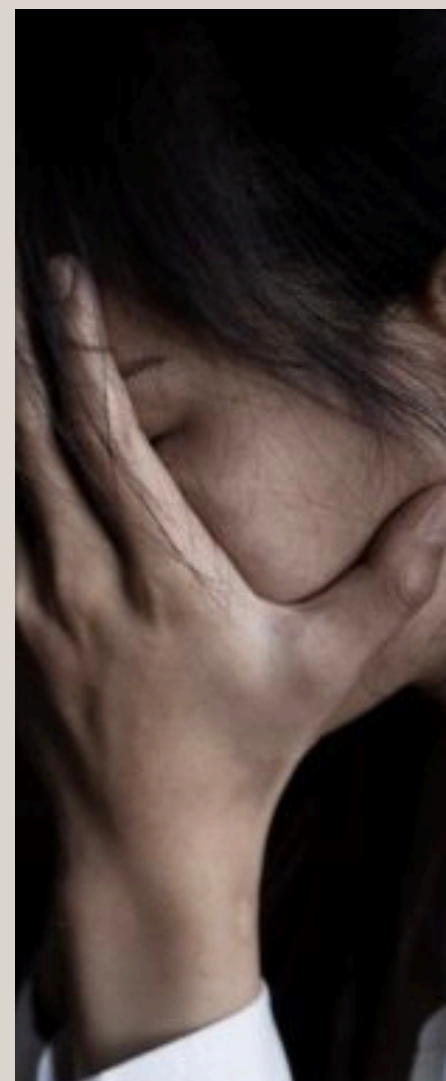
Pour les dirigeants et les managers de proximité, cette réalité pose un défi majeur : comment cultiver des relations profondes et significatives dans un environnement où les interactions sont souvent superficielles et éphémères ?



Am+



Dans cet e-book, à travers des études de cas et des outils pratiques adaptés au monde professionnel, je vous propose des stratégies concrètes pour transformer la solitude numérique en opportunité de connexion humaine



Am+

# Comprendre la solitude numérique

La solitude numérique se manifeste par un sentiment de déconnexion malgré une présence constante en ligne. Elle est souvent liée :

➔ Au nombre de 👍 et de ❤️ qui est une illusion et qui ne reflète pas la qualité de la relation,

➔ Aux notifications et échanges rapides, qui diluent l'attention et réduisent la capacité à écouter activement,

➔ Aux interactions virtuelles, qui, bien que pratiques, manquent souvent de profondeur émotionnelle

Am+



**Poursuivre ma lecture...**