

Vers une
entreprise
agile et
résiliente



Anne-Céline Eydan | 06 63 77 04 46
www.lejardindespotentiels-coaching.fr



Coaching individuel, pour quoi ?

- Favoriser l'engagement de ses équipes
- S'affirmer dans les confrontations, défendre son point de vue avec assertivité
- Libérer sa créativité et développer des approches innovantes
- Faire confiance et déléguer efficacement

Pour qui ?

- Dirigeants, cadres, managers



Coaching collectif, pour quoi ?

- Libérer la créativité de l'équipe et développer collectivement des approches innovantes
- Gagner en confiance, oser la confrontation et renforcer la cohésion de l'équipe
- Développer la capacité individuelle et collective à s'adapter au changement

Pour qui ?

- Toutes les équipes, y compris équipes transverses

Mon approche et mes outils



Dans tous mes accompagnements, qu'ils soient individuels ou collectifs, j'utilise les 11 compétences définies par l'International Coach Federation dont je suis adhérente.

J'ajoute ma touche personnelle grâce à la Communication Non Violente et aux neurosciences (Approche Neurocognitive et Comportementale).

Pour les accompagnements collectifs, j'utilise également l'improvisation théâtrale pour faciliter le lâcher-prise et débrider la créativité collective.

Mon approche vise à stimuler votre confiance et votre créativité pour que vous puissiez **trouver en vous** – même les réponses à vos questions et les ressources pour un changement profond et durable.

Qui suis-je ?



Ingénieur chimiste de formation, j'ai exercé le métier de documentaliste scientifique pendant plus de 20 ans dont 10 en tant que responsable de service.

De mon passé de documentaliste, je garde le goût pour la curiosité, la variété des activités et des demandes. J'ai développé un sens aigu de la relation client et la capacité à traduire une demande souvent implicite en questions permettant d'obtenir des **réponses concrètes et directement utilisables** pour mes clients.

Mon expérience de responsable d'équipe m'a permis de découvrir l'accompagnement et le développement humain. Gérer une équipe est un bon moyen d'apprendre la confiance : **confiance en soi pour développer son assertivité et confiance en l'autre pour savoir déléguer**. C'est également une opportunité rare de pouvoir exercer son écoute et sa compréhension des mécanismes humains. **Trouver les ressorts qui permettent à ses équipiers d'être performants** sans les y contraindre demande en effet **écoute et compréhension** ainsi que **la capacité à mettre en mouvement**.

Aujourd'hui, je mets tous ses savoir-être consolidés au fil des années au service de mes coachés.



Coaching individuel et collectif : 4 principes de bases...



Du soleil

pour faire croître la confiance



De l'eau

pour faciliter le changement



Du terreau fertile

pour cultiver les motivations



Des racines profondes

pour gérer le stress et les conflits

pour allier performance durable et engagement des salariés