



Donnez Sens et Puissance à vos Aspirations

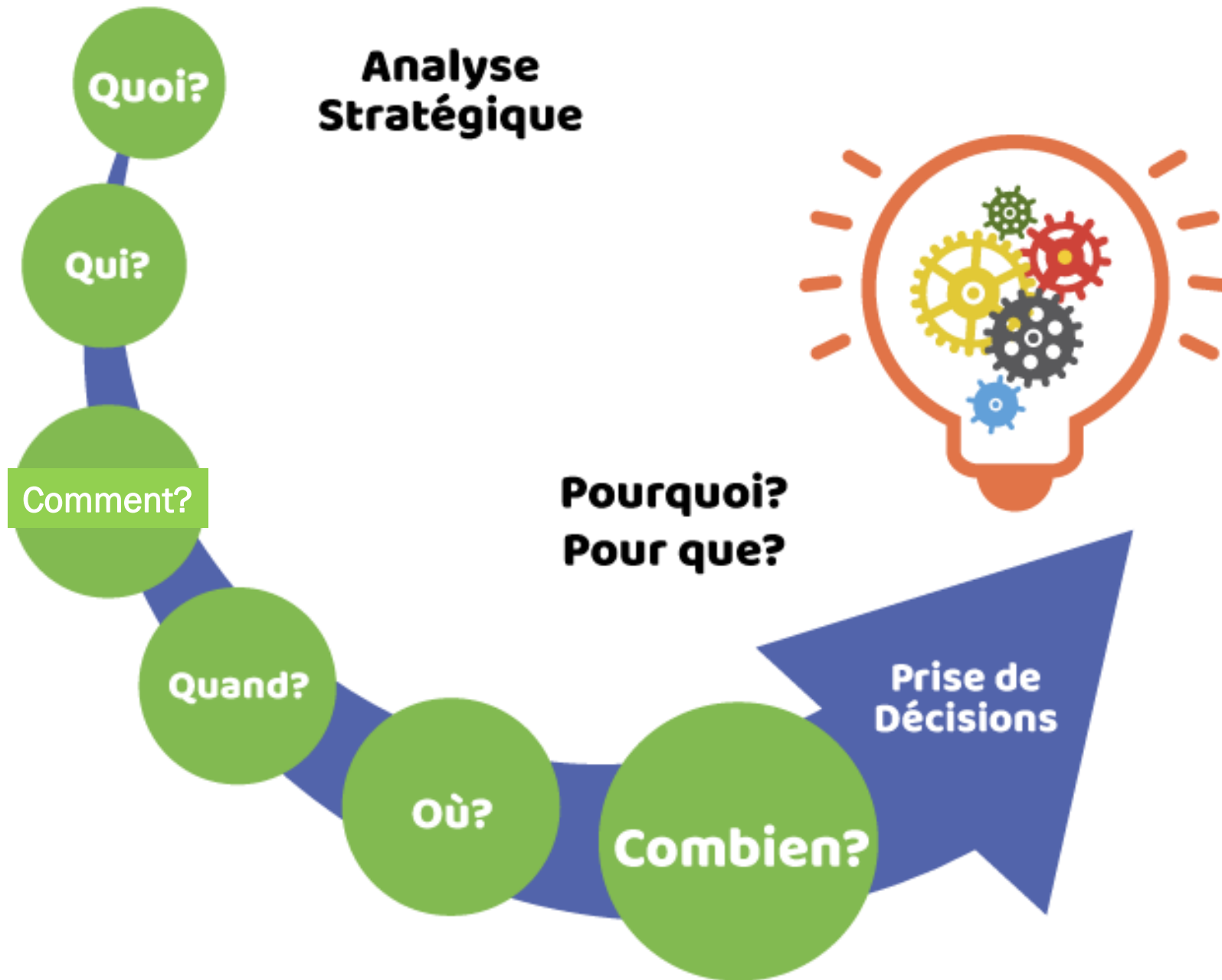
Coaching - Consulting - Bilan
de compétences - Formation

[WWW.PROPULSENS-
COACHING.FR](http://WWW.PROPULSENS-COACHING.FR)

Parlons Coaching: Kézako!



CADRE	ÉCLAIRAGE	OBJECTIF	RESSOURCES
Protection: confidentialité	Voir plus clair: élargir le regard	Clair / motivé / affirmatif	Identifier ses talents
Permission: bienveillance	Faire sauter les verrous: prendre conscience de ses schémas	Cohérent / sous contrôle	Utiliser sa puissance personnelle
Puissance: autonomie et expertise professionnelle	Faire émerger sa "destination": sa raison d'être!	Réaliste et réalisable / écologique	Déployer ses potentiels



Les étapes du processus de coaching

Cliquez pour ajouter du texte



Le processus de coaching





Les spécialités
du cabinet

*Pour préparer
son mental à
l'atteinte des
objectifs*



Coaching professionnel de carrière

Donner du sens, trouver sa place, lever les freins et propulser ses talents

- Prendre du recul sur une situation professionnelle
- Comprendre son fonctionnement
- Faire émerger des solutions
- Mobiliser ses ressources
- Gagner en posture professionnelle
- Se mettre en action et concrétiser ses ambitions

**Développement personnel – gestion du stress - préparation mentale -
mobilité – prise de poste ou de fonction- évolution - reconversion –
entretiens professionnels – gestion de carrière - management**



Management et Leadership

Parcours Management Congruent SPECIAL CADRES

- Accompagner l'agilité managériale
- Développer la performance du manager/dirigeant
- Prendre du recul sur sa mission
- Travailler sur sa vision stratégique
- Améliorer sa communication et développer son intelligence émotionnelle
- Identifier ses talents et ses compétences, ses forces
- Travailler son alignement en tenant compte de son environnement
- Développer son leadership et sa puissance personnelle



Bilan de compétences

Trouver le cap et donner un nouveau souffle à sa carrière

- Faire le point sur son parcours professionnel
- Valoriser son capital positif: expériences, compétences, qualités, talents
- Comprendre ses motivations
- Connaître ses valeurs
- Construire un projet professionnel qui a du sens, solide et motivant
- Définir un plan d'action réalisable, concret et optimal

Connaissance de soi - Valorisation des Compétences - Excellence et Performance



Bien-être au travail, gestion du stress et des émotions

Trouver la force, rebondir et s'élancer à nouveau

- Prévenir le burn-out et la souffrance au travail
- Remonter la pente et donner du sens
- Identifier les causes et se reconstruire
- Gérer son stress et ses émotions
- Dépasser ses peurs et ses freins
- Développer son intelligence émotionnelle
- Trouver le bon équilibre et se sentir à sa place

Développement personnel - préparation mentale – gestion du stress - intelligence émotionnelle - épanouissement professionnel - développement des potentiels

Groupes de CODEVELOPPEMENT

Accompagner l'intelligence collective!

- Développer une culture de coopération
- Favoriser le décroisement et les prises de recul
- Construire des groupes ressources et prévenir les RPS
- Développer la confiance en soi et dans les autres
- Gagner du temps et augmenter son efficacité professionnelle
- Accompagner un nouveau mode de collaboration





PROpul'Sens adhérent de Filéo Groupe Conseil, organisme certifié Qualiopi

Formations et ateliers

Développer ses compétences

- Préparer sa transition de carrière
- Projet professionnel: Mettre en œuvre et suivre son plan d'action
- Prévenir et gérer le stress professionnel
- Identifier ses forces et ses ressources individuelles et collectives
- Développer son leadership et sa puissance personnelle
- Travailler son image et gagner en posture professionnelle
- Optimiser son potentiel de manager et de leader: être un bon manager



La déontologie et le cadre sécurisant

Professionnalisme et expertise

- 15 ans d'expérience dans diverses fonctions d'encadrement, d'animation et de communication
- Une expérience d'évolution et transition professionnelle, de rebond, de reconversion et de création d'entreprise
- Un MASTER II en coaching professionnel et des spécialisations certifiantes donnant droit au titre de coach spécialisé et certifié - certifications reconnues par l'Etat
- Membre de l'EMCC (1ère Fédération internationale de coachs professionnels certifiés - 2500 membres)
- Membre de collectifs de coachs professionnels certifiés et spécialisés
- Engagement et membre du coaching solidaire EMCC
- Supervision et analyse de pratique entre pairs
- Formation continue



Le code de déontologie: les 3 P



PROTECTION: confidentialité

PERMISSION: expression libre

PUISSANCE: engagement

Le cabinet adhère au code de déontologie de
L'EMCC (European Mentoring and Coaching Council)



Approche et méthode utilisées

Une Approche humaine

Approche humaine, sensible et intuitive

Centrée sur la personne

Avec des outils puissants

Des méthodes systémiques et intégratives

Pour gagner en pertinence et en efficacité

Bienveillance – respect – authenticité – sécurité – éthique



Outils et méthodes puissants



PRÉPARATION
MENTALE



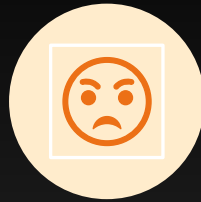
PNL (PROGRAMMATION
NEUROLINGUISTIQUE)



ANALYSE
TRANSACTIONNEL



APPROCHE
SYSTÉMIQUE



GESTION DU STRESS
ET DES ÉMOTIONS



PSYCHOLOGIE
POSITIVE ET CENTRÉE
SUR LA PERSONNE



PRATIQUES
NARRATIVES



MAPPING SYSTÉMIQUE



Les spécificités du cabinet



Qualiopi
processus certifié
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

La certification qualité a été délivrée au titre
des catégories d'actions suivantes :
- Actions de formation
- Bilans de compétences



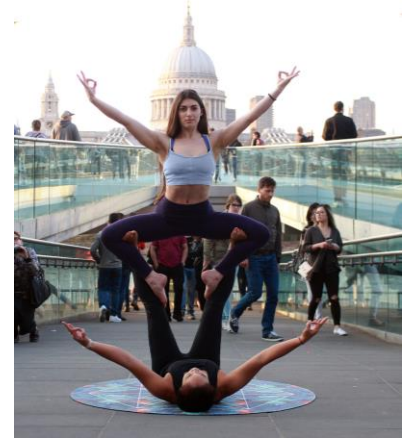
PROpul'Sens adhérent de Filéo Groupe Conseil, organisme certifié Qualiopi

Notre singularité

- Accompagnement des profils atypiques (multipotentiels, HPI, HPE)
- Accompagnement des élus
- Accompagnement des dirigeants et des managers
- Accompagnement des entrepreneurs et créateurs d'entreprise
- Accompagnement des collaborateurs en quête de sens et performance
- Accompagnement à la Congruence Professionnelle:

"un art de vivre au service du discernement et de l'épanouissement professionnel"

www.propulsens-coaching.fr



PROpulSens
Donnez Sens et Puissance à vos Aspirations