



AUDEAT COACHING

Transformez le négatif en positif.

COACHING FORMATIONS



Catalogue 2024

www.audeatcoaching.com

SOMMAIRE



- Edito
- Coaching
 - Individuel
 - D'équipes
- Formations
 - Management d'équipes & RH
 - Boostez vos compétences
- Autres Services
 - Coaching en groupe
 - Co-création
 - Speak-Up
- Ateliers (exemples)
- Demandes spécifiques
 - Team Building
 - Séminaires
 - Conférences
- Contact

AUDEAT COACHING est une entreprise de coaching et de formation qui accompagne particulièrement les femmes, notamment dans les moyennes et grandes entreprises, en collectif comme en individuel, sur les enjeux humains visant à améliorer la communication et les relations.

AUDEAT signifie « **oser** » en latin.

- C'est-à-dire, risquer de se découvrir de manière pleinement consciente ;
- C'est avoir la hardiesse de faire briller son potentiel en acceptant de réaliser ses rêves ;
- C'est avoir de l'assurance dans ses choix, en affirmant qui l'on est à travers ce que nous faisons ;
- C'est consentir à mettre de l'énergie pour agir au bon moment, sans attendre ;
- C'est se résoudre à harmoniser ses forces et ses vulnérabilités pour réaliser ses objectifs professionnels et personnels.

Si vous avez comme défi de valoriser l'épanouissement professionnel et personnel afin de maintenir l'engagement dans vos objectifs, tant pour vous-même que pour vos collaborateurs.

AUDEAT COACHING ose ce pari humaniste avec vous.



Un mot, une histoire :

Pendant une période de freins personnels et professionnels, j'ai remarqué qu'un mot revenait souvent à mon esprit.

Lorsque je suis devenue coach professionnelle, j'ai observé que ce même mot revenait constamment chez certains de mes clients. J'ai donc décidé de le mettre en lumière, car lorsque « **NOUS OSONS** », nous choisissons de prendre la responsabilité de vivre la vie que nous désirons. Cela passe par une véritable prise de conscience de qui nous sommes.

La question n'est pas de savoir ce qui ne va pas ou ce que nous savons déjà de nous-mêmes, **mais plutôt de se demander si, en sachant plus, nous pouvons mener une vie plus harmonieuse ? Et comment le fait de se découvrir change-t-il notre perception de nous-mêmes, des autres et des situations ?**

“La connaissance de soi, c'est être plus proche de soi sans pour autant s'éloigner de l'autre.”

Marie Christelle B.Crouzet



COACHING

Le coaching, selon l'International Coach Federation (ICF), est une alliance entre le coach et ses clients, visant à stimuler la réflexion, la créativité et la croissance, dans le but de maximiser le potentiel professionnel et personnel et ainsi atteindre l'autonomie.

Que ce soit dans le domaine professionnel ou personnel, tout individu ou toute équipe a le droit légitime d'être maître de sa propre réussite ! Dans cette section, vous trouverez les différents accompagnements proposés par AUDEAT COACHING. Ils sont conçus pour valoriser les potentiels et guider vers l'atteinte des objectifs professionnels et personnels.

Que vous cherchiez à développer vos compétences, à surmonter des défis, à renforcer votre leadership, à améliorer votre prise de parole ou à créer une culture d'équipe dynamique, un coach certifié est là pour vous accompagner à chaque étape de votre parcours.

Armé d'outils tels que la Programmation Neuro-Linguistique (PNL), le Process Communication Model, et les outils de coaching professionnel, nous vous garantissons des résultats durables et une autonomie sur le long terme.

Découvrez comment le coaching individuel ou collectif peut transformer le négatif en positif dans tous les domaines de la vie.



COACHING INDIVIDUEL

Il est essentiel de savoir prendre du recul et de se recentrer sur soi-même afin de cultiver notre plein potentiel. L'accompagnement individuel offre une opportunité unique de parcourir ce chemin de croissance personnelle.

Que vous cherchiez à surmonter des défis personnels, à développer de nouvelles compétences, à trouver votre voie professionnelle ou à créer un équilibre harmonieux entre votre vie personnelle et professionnelle, un coach expérimenté est là pour vous guider avec bienveillance et expertise.

**Envoyez votre demande de devis :
contact@audeatcoaching.com**

Organisationnels

Vous avez de nombreux projets, et il vous arrive de vous disperser. Vous n'arrivez pas à gérer votre temps ni à planifier sur le court et le long terme. Pendant une période définie, un coach vous accompagne pour ancrer les outils et stratégies nécessaires à une meilleure gestion de vos tâches dans le temps et pour (re)trouver une harmonie entre votre travail et votre vie personnelle.



Développer votre charisme de leader

Efficace sur le plan technique, vous n'arrivez pas à créer une vision commune, à prendre des décisions ou vous craignez les conflits ? Comment guider et faire entendre votre voix ? Pendant une période définie, un coach vous accompagne pour valoriser vos compétences en communication persuasive, en gestion des conflits et en gestion de vos émotions, afin de développer un leadership charismatique, authentique et impactant.



Communication

Vous avez du mal à affirmer vos pensées, à prendre la parole en public, à gérer le stress, voire à clarifier vos idées avant de vous exprimer ? Comment communiquer avec sérénité ? Pendant une période définie, un coach vous accompagne pour développer vos compétences en communication, ainsi que pour améliorer votre estime et votre confiance en vous, afin de vous affirmer positivement dans votre vie professionnelle et personnelle.



Améliorez vos compétences personnelles et professionnelles grâce au coaching individuel basé sur le Process Communication Model (PCM). Cette approche personnalisée vous permettra de mieux comprendre votre propre personnalité, de développer des stratégies de communication efficaces et de gérer le stress et les conflits de manière constructive. Avec PCM vous optimisez tous les domaines de votre vie de manière pratique, ludique et utile.

Objectifs : à définir et à clarifier ensemble.

Public Cible :

- Professionnels souhaitant améliorer leurs compétences dans plusieurs niveaux
- Managers et leaders
- Toute personne intéressée par le développement personnel et professionnel

Prérequis :

Aucun prérequis n'est nécessaire. Une volonté de se connaître et de se développer est essentielle.

Contenu de coaching :

- Identification de votre Inventaire de Personnalité

Apprenez à identifier les différents types de personnalités qui vous rendent unique selon le PCM, et comprenez vos points forts, vos comportements sous stress, ainsi que les mécanismes d'échec associés.

- Un programme de coaching sur mesure

Il est conçu en fonction de vos besoins, de vos attentes, et de vos responsabilités professionnelles et personnelles.

- Ateliers pratiques et exercices personnalisés

Appliquez les concepts appris à travers des exercices pratiques et des ateliers personnalisés pour renforcer vos compétences en développement personnel.

- Développement d'un plan d'action personnalisé

Le Profil de personnalité vous délivre un plan d'action concret pour appliquer les compétences et stratégies à développer dans votre vie personnelle et professionnelle.

Durée : (X nombres séances de 1h30)

Lieu : Distanciel et Présentiel

Tarif : sur Devis

Votre accompagnant(e): Coach Certifié(e), répondant aux règles de déontologie ICF

Envoyez votre demande de devis : contact@adeatcoaching.com



COACHING D'ÉQUIPE

C'est l'art de mettre au défi les membres d'une équipe afin de développer leurs compétences, d'optimiser la performance et de faciliter la collaboration. Il peut s'agir de dirigeants, de managers, etc. L'objectif est de fédérer l'équipe autour d'une mission commune, de faire comprendre à chacun sa place et de contribuer au développement du groupe.

Ce type d'accompagnement en entreprise favorise un meilleur climat social en permettant de résoudre les conflits et de gérer les transitions.

Imaginez une équipe comme une photo, chaque membre étant un pixel. Le coaching d'équipe vise à faire briller chaque pixel pour que la photo rayonne dans toute sa splendeur.

**Envoyez votre demande de devis :
contact@adeatcoaching.com**

Coaching d'équipe

Diagnostic fonctionnel

Comprendre en profondeur les dynamiques de groupe, identifier les facteurs clés de succès, et favoriser le développement continu de l'équipe dans son environnement de travail.

1



Plan d'action

Co-création d'un plan d'action détaillé pour atteindre les objectifs fixés. Intégration de mécanismes de suivi et de rétroaction pour mesurer les progrès réalisés.

2

Suivie et évaluation

Retours d'information auprès des membres de l'équipe pour évaluer l'efficacité, suivi de l'équipe à court et moyen terme.

3

Optimisez la performance de votre équipe grâce au coaching basé sur le Process Communication Model (PCM). Cette approche vise à améliorer la compréhension mutuelle et la communication au sein de l'équipe, en permettant à chaque membre de mieux se connaître et de travailler plus efficacement ensemble.

Objectifs possible : à définir et à clarifier ensemble

- Comprendre les principes du Process Communication Model (PCM)
- Identifier et comprendre les différents types de personnalités au sein de l'équipe
- Améliorer la communication et la collaboration entre les membres de l'équipe
- Développer des stratégies pour gérer les conflits et le stress
- Renforcer la cohésion et l'engagement de l'équipe

Public Cible :

- Équipes de projet
- Managers et responsables d'équipe
- Professionnels des ressources humaines
- Toute équipe souhaitant améliorer sa dynamique et ses performances

Prérequis :

Aucun prérequis n'est nécessaire.

Une expérience en travail d'équipe est un plus.

Contenu de coaching :

- Identification de votre Inventaire de Personnalité

Apprenez à identifier les différents types de personnalités qui vous rendent unique selon le PCM, et comprenez vos points forts, vos comportements sous stress, ainsi que les mécanismes d'échec associés.

- Un programme de coaching sur mesure

Il est conçu en fonction de vos besoins, de vos attentes, et de vos responsabilités professionnelles et personnelles.

- Ateliers pratiques et exercices personnalisés

Appliquez les concepts appris à travers des exercices pratiques et des ateliers personnalisés pour renforcer vos compétences en développement personnel.

- Développement d'un plan d'action personnalisé

Le Profil de personnalité vous délivre un plan d'action concret pour appliquer les compétences et stratégies à développer dans votre vie personnelle et professionnelle.

Durée : 6 mois / 28 heures (5 sessions de 4 heures + 8 heures d'entretiens)

Votre accompagnant(e): Coach Certifié(e), répondant aux règles de déontologie ICF

Lieu : Présentiel

Tarif : sur Devis

Envoyez votre demande de devis : contact@adeatcoaching.com

FORMATIONS

En entreprise, AUDEAT COACHING forme les leaders et leurs collaborateurs dans les domaines exécutif et relationnel.

Il s'agit ici de renforcer les compétences pour acquérir un leadership agile, un management individualisé et une communication efficace, afin de construire des environnements de travail sains propices à la collaboration et à l'engagement.



MANAGEMENT D'ÉQUIPES & RESSOURCES HUMAINES



Dans cette section dédiée au management d'équipe et à la gestion des ressources humaines, découvrez les clés pour développer vos compétences en leadership, améliorer la communication au sein de votre équipe et optimiser la gestion des talents. Explorez des formations pratiques et interactives conçues pour vous aider à motiver, encadrer et soutenir efficacement votre équipe dans l'atteinte des objectifs de votre entreprise.

**Envoyez votre demande de devis :
contact@audeatcoaching.com**

Management Individualisé



Chaque manager possède un style unique, qu'il soit basé sur des méthodes participatives ou plus autoritaires. Ce style est façonné par sa personnalité et l'identité de l'entreprise. Lorsqu'on dirige une équipe de collaborateurs, il est essentiel d'être conscient de certains pièges afin de conduire son équipe vers le succès attendu.

Pendant 1 à 3 jours, un formateur vous permettra d'ancrer les outils et stratégies pour manager avec aisance en apprenant à décoder le monde et les personnes qui vous entourent.

Communication interpersonnelle

Efficace sur le plan technique, vous n'arrivez pas à créer une vision commune, à prendre des décisions, ou vous craignez les conflits ? Comment guider et faire entendre votre voix ? Pendant une période définie, un coach vous accompagne pour valoriser vos compétences en communication persuasive, en gestion de conflits et en gestion de vos émotions, afin de développer un leadership charismatique, authentique et impactant.



Leadership Agile

Le management, pour être vecteur d'efficacité et de succès, doit s'adapter en permanence. On parle alors de leadership situationnel ; il n'y a ni bon ni mauvais style, tout dépend des circonstances, de la situation et des personnalités impliquées.

Pendant 1 à 4 jours, un formateur vous aidera à ancrer les outils et stratégies pour guider et mener avec aisance les équipes, en apprenant à décoder le monde et les personnes qui vous entourent.



Découvrez comment le Process Communication Model (PCM) peut transformer votre approche du management. Cette formation vous apprendra à comprendre et à gérer les différents types de personnalités dans votre équipe, à améliorer la communication et à augmenter l'efficacité collective grâce à des techniques de management individualisé.

Objectifs de la Formation :

- Comprendre les bases du Process Communication Model (PCM)
- Identifier les différents types de personnalités et leurs caractéristiques
- Adapter votre style de management à chaque type de personnalité
- Améliorer la communication interpersonnelle et la résolution de conflits
- Augmenter la motivation et l'engagement de votre équipe

Public Cible :

- Managers et leaders d'équipe
- Responsables des ressources humaines
- Toute personne souhaitant améliorer ses compétences en management et communication.

Prérequis :

Aucune expérience préalable en PCM n'est requise. Une expérience en management est un atout.

Contenu de la Formation :

• Introduction au PCM

Comprendre l'origine et les principes fondamentaux du Process Communication Model pour établir une base théorique solide sur laquelle se basera la formation.

• Les types de personnalités

Identifier et décrire les six types de personnalités distinctes définies par le PCM, et reconnaître les caractéristiques et comportements typiques de chaque type.

• Communication et interactions

Apprendre à adapter les stratégies de communication en fonction des différents types de personnalités pour améliorer les interactions et minimiser les malentendus.

• Gestion des conflits

Développer des compétences pour repérer les signaux de stress chez les différents types de personnalités et appliquer des techniques appropriées de résolution de conflits.

• Motivation et engagement

Concevoir et mettre en œuvre des stratégies de motivation personnalisées pour chaque type de personnalité, afin de maximiser l'engagement et la productivité de l'équipe.

• Applications pratiques

Mettre en pratique les concepts appris à travers des études de cas et des exercices, et développer des plans d'action concrets pour appliquer le PCM dans le contexte de travail quotidien.

Durée : 24 heures (8 sessions de 3 heures)

Lieu : Distanciel et Présentiel

Tarif : sur devis (options de paiement disponibles)

Envoyez votre demande de devis : contact@audeatcoaching.com

Cette formation innovante combine les principes de l'agilité avec le Process Communication Model (PCM) pour former des leaders capables de gérer efficacement des équipes diversifiées et dynamiques. Apprenez à adapter votre style de leadership en fonction des besoins de vos collaborateurs et à promouvoir un environnement de travail collaboratif et productif.

Objectifs de la Formation :

- Comprendre les fondamentaux du leadership agile
- Appliquer le Process Communication Model (PCM) pour une meilleure compréhension des types de personnalités
- Adapter les techniques de communication et de management pour chaque type de personnalité
- Promouvoir la collaboration et la réactivité au sein de l'équipe
- Développer des compétences en gestion du stress et en résolution de conflits

Public Cible :

- Leaders d'équipe et managers
- Responsables de projets
- Toute personne souhaitant améliorer ses compétences en leadership et communication dans un contexte agile

Prérequis :

Aucune expérience préalable en PCM n'est requise. Une familiarité avec les concepts de l'agilité est recommandée.

Contenu de la Formation :

- Introduction au Leadership Agile Objectif pédagogique :

Comprendre les principes fondamentaux du leadership agile et leur importance dans le contexte actuel des affaires.

- Présentation du Process Communication Model (PCM)

Découvrir les bases du PCM et son utilité dans la gestion des équipes diversifiées.

- Identification des Types de Personnalités avec PCM

Apprendre à identifier les six types de personnalités PCM et comprendre leurs caractéristiques uniques.

- Techniques de Communication Agile

Adapter les techniques de communication en fonction des différents types de personnalités pour améliorer la cohésion et l'efficacité de l'équipe.

- Gestion des Conflits et du Stress

Développer des compétences pour reconnaître les signaux de stress et appliquer des stratégies de résolution de conflits adaptées à chaque type de personnalité.

- Motivation et Engagement dans un Contexte Agile

Utiliser le PCM pour élaborer des stratégies de motivation personnalisées et maintenir un haut niveau d'engagement au sein de l'équipe.

- Ateliers Pratiques et Études de Cas

Mettre en pratique les concepts appris à travers des exercices interactifs et des études de cas pour renforcer les compétences en leadership agile.

- Développement de Plans d'Action Personnalisés

Élaborer des plans d'action concrets pour appliquer les compétences de leadership agile et PCM dans le cadre professionnel.

Durée : 28 heures (7 sessions de 4h / 3 Sessions de 8h + 1 session de 4h)

Lieu : Distanciel et Présentiel

Tarif : à partir de 1500 € (possibilités de paiement disponibles)

Envoyez votre demande de devis : contact@audeatcoaching.com

Améliorez vos compétences en communication interpersonnelle grâce à cette formation unique qui combine le Process Communication Model (PCM) et la Communication Non Violente (CNV). Apprenez à mieux comprendre les dynamiques relationnelles, à gérer les conflits de manière constructive et à communiquer de façon empathique et efficace.

Objectifs de la Formation :

- Comprendre les principes du Process Communication Model (PCM) et de la Communication Non Violente (CNV)
- Identifier et comprendre les différents types de personnalités et leurs styles de communication
- Développer des compétences pour une communication claire et empathique
- Apprendre à gérer les conflits de manière non violente et constructive
- Renforcer les relations interpersonnelles au travail et dans la vie personnelle

Public Cible :

- Managers et leaders
- Professionnels des ressources humaines
- Toute personne souhaitant améliorer ses compétences en communication
- Équipes de projet et collaborateurs

Prérequis :

Aucun prérequis n'est nécessaire. Une volonté d'améliorer sa communication et ses relations interpersonnelles est essentielle.

Contenu de la Formation :

• Introduction au Process Communication Model (PCM)

Comprendre les bases du PCM et son application dans la communication interpersonnelle.

• Introduction à la Communication Non Violente (CNV)

Découvrir les principes de la CNV et son importance pour des interactions empathiques et efficaces.

• Identification des Types de Personnalités avec PCM

Apprendre à identifier les six types de personnalités selon le PCM et comprendre leurs caractéristiques et styles de communication.

• Techniques de Communication Empathique avec CNV

Développer des compétences en CNV pour exprimer ses besoins et écouter les autres de manière empathique.

• Gestion des Conflits avec PCM et CNV

Apprendre à utiliser les outils du PCM et de la CNV pour gérer les conflits de manière constructive et non violente.

• Pratiques de Communication et Exercices

Mettre en pratique les concepts de PCM et de CNV à travers des exercices et des simulations pour renforcer les compétences de communication.

• Développement de plans d'action personnalisés

Créer des plans d'action concrets pour appliquer les compétences et stratégies développées dans les situations professionnelles et personnelles.

Durée : 16 heures (4 sessions de 4 heures)

Lieu : Distanciel et Présentiel

Tarif : sur devis (options de paiement disponibles)

Envoyez votre demande de devis : contact@audeatcoaching.com

BOOSTEZ VOS COMPÉTENCES



Dans cette section dynamique, embarquez pour un voyage d'apprentissage et de développement professionnel ou personnel. Explorez des formations conçues pour booster vos compétences, les hisser à un niveau supérieur et atteindre de nouveaux sommets dans votre carrière et votre vie personnelle.

**Envoyez votre demande de devis :
contact@audeatcoaching.com**

Organisationnels

Apprenez à gérer efficacement votre temps et à établir des priorités claires pour augmenter votre productivité et réduire le stress. Cette formation vous fournira des outils pratiques et des techniques éprouvées pour optimiser votre organisation personnelle et professionnelle. Pendant une période définie, un formateur vous accompagne pour ancrer les outils et stratégies nécessaires à une meilleure gestion de vos tâches dans le temps et pour (re)trouver une harmonie entre le travail et la vie personnelle.



Découvrir Process Communication Model (PCM)

Apprenez à gérer efficacement votre temps et à établir des priorités claires pour augmenter votre productivité et réduire le stress. Cette formation vous fournira des outils pratiques et des techniques éprouvées pour optimiser votre organisation personnelle et professionnelle. Pendant une période définie, un formateur vous accompagne pour ancrer les outils et stratégies nécessaires à une meilleure gestion de vos tâches dans le temps et pour (re)trouver une harmonie entre le travail et la vie personnelle.



Découvrez les techniques essentielles pour gérer efficacement votre temps et établir des priorités claires. Cette formation vous aidera à optimiser votre organisation personnelle et professionnelle, à augmenter votre productivité et à réduire le stress quotidien grâce à des outils pratiques et des méthodes éprouvées.

Objectifs de la Formation :

- Comprendre les concepts fondamentaux de la gestion du temps
- Apprendre à identifier et hiérarchiser les tâches et les priorités
- Utiliser des outils et techniques de gestion du temps efficaces
- Développer des stratégies pour éviter la procrastination
- Améliorer l'équilibre entre vie professionnelle et vie personnelle

Public Cible :

- Professionnels de tous secteurs cherchant à améliorer leur efficacité
- Managers et chefs d'équipe
- Entrepreneurs et indépendants
- Toute personne souhaitant optimiser son organisation personnelle

Prérequis : Aucun prérequis n'est nécessaire.

Contenu de la Formation :

- **Introduction à la Gestion du Temps**

Comprendre l'importance de la gestion du temps et son impact sur la productivité et le bien-être.

- **Identification des Tâches et des Priorités**

Apprendre à distinguer entre tâches urgentes et importantes, et à prioriser efficacement les activités.

- **Techniques et Outils de Gestion du Temps**

Découvrir et maîtriser des outils comme la matrice d'Eisenhower, les listes de tâches, et les applications de gestion du temps.

- **Stratégies pour Éviter la Procrastination**

Identifier les causes de la procrastination et appliquer des stratégies pour rester motivé et productif.

- **Planification et Organisation quotidienne**

Mettre en place des routines et des systèmes de planification pour une gestion optimale du temps chaque jour.

- **Équilibre Vie Professionnelle et Vie Personnelle**

Apprendre à équilibrer les exigences professionnelles et personnelles pour une vie plus harmonieuse.

- **Ateliers Pratiques et Études de Cas**

Appliquer les concepts appris à travers des exercices pratiques et des études de cas réalistes.

Durée : 16 heures (4 sessions de 4 heures)

Lieu : Distanciel et Présentiel

Tarif : sur devis (options de paiement disponibles)

Envoyez votre demande de devis : contact@audeatcoaching.com

La communication est au cœur de toutes les interactions humaines, que ce soit dans le milieu professionnel ou personnel. La capacité à comprendre les différents types de personnalités et à communiquer efficacement avec chacun est essentielle pour le succès et l'harmonie dans tous les domaines de la vie. La Formation "Découvrir le Process Communication Model" offre une introduction approfondie à cet outil puissant de compréhension et de communication interpersonnelle.

Objectifs :

- Comprendre les bases théoriques du Process Communication Model (PCM).
- Identifier les six types de personnalités selon le PCM.
- Apprendre à adapter sa communication en fonction du style de personnalité de son interlocuteur.
- Acquérir des compétences pratiques pour améliorer les relations interpersonnelles et professionnelles.

Contenu de la Formation :

1. Introduction au Process Communication Model (PCM)

- Origine et concept fondamental du PCM.
- Les six types de personnalités : Travailleur, Persévérant, Rêveur, Promoteur, Rebel, Empathique.

2. Compréhension des différents types de personnalités

- Caractéristiques, forces et faiblesses de chaque type de personnalité.
- Identification de son propre type de personnalité.

3. Techniques de communication efficace

- Adapter son langage et son style de communication à chaque type de personnalité.
- Gestion des conflits et résolution des problèmes grâce au PCM.

4. Applications pratiques

- Utilisation du PCM dans le contexte professionnel : gestion d'équipe, leadership, vente, etc.
- Application du PCM dans la vie quotidienne : relations familiales, amicales, etc.

Méthodologie :

Cette formation interactive combine des présentations théoriques, des exercices pratiques, des études de cas et des discussions en groupe. Les participants auront l'occasion de mettre en pratique les concepts abordés et de recevoir des retours personnalisés pour renforcer leur compréhension et leurs compétences.

Public cible :

Cette formation s'adresse à toute personne souhaitant améliorer ses compétences en communication interpersonnelle et développer une meilleure compréhension des dynamiques relationnelles, que ce soit dans un contexte professionnel ou personnel.

Prérequis : Aucun prérequis spécifique n'est nécessaire pour participer à cette formation.

Durée : 1 journée (8 heures)

Lieux : Distanciel et Présentiel

Tarif : sur devis (options de paiement disponibles)

Envoyez votre demande de devis : contact@adeatcoaching.com

AUTRES SERVICES

Autres accompagnements

Coaching en groupe

Séances de réflexion en équipe, suite à des entretiens individuels et collectifs, d'analyse fonctionnelle et de développement d'un plan d'action collaboratif.

1



Ateliers de co-création

Un espace de co-création dédié à l'innovation, à la collaboration, au développement de solutions pertinentes et à la résolution de problèmes complexes.

2



Speak Up

Espace de partage ludique et collaboratif sur la communication, la connaissance de soi, l'organisation, et le développement personnel.

3

ATELIERS



Découvrez notre sélection d'ateliers interactifs conçus pour offrir une expérience d'apprentissage pratique et immersive. Plongez au cœur de sujets variés allant de la créativité au développement personnel, en passant par la gestion du stress et la résolution de problèmes.

Nos ateliers vous permettent d'acquérir des compétences concrètes tout en favorisant l'échange et la collaboration avec d'autres participants. Préparez-vous à vivre des moments d'apprentissage stimulants et enrichissants.

**Envoyez votre demande de devis :
contact@audeatcoaching.com**

Speak-Up

L'atelier "Speak Up Libre" est une expérience unique conçue pour aider les participants à surmonter leurs craintes et à développer une aisance par rapport à une thématique spécifique. Que vous soyez un professionnel cherchant à améliorer vos compétences ou simplement quelqu'un désireux de mieux vous exprimer et de vous épanouir, cet atelier vous fournira les outils et les techniques nécessaires. Pendant 4 heures, un formateur ou un coach vous permettra d'ancrer les outils et stratégies pour acquérir une autonomie.



Savoir déléguer

La capacité à déléguer efficacement est une compétence essentielle pour tout leader ou manager. L'atelier "Savoir Déléguer avec Efficacité" offre une opportunité unique d'acquérir les compétences et les techniques nécessaires pour déléguer de manière stratégique, tout en développant la confiance et l'autonomie de votre équipe. Pendant 4 heures, un coach vous accompagne pour valoriser cette compétence.



Productivité

L'atelier "Boostez Votre Productivité" offre aux participants l'opportunité d'explorer des stratégies et des outils pratiques pour optimiser leur temps et leurs ressources, afin de devenir plus efficaces dans leur travail quotidien. Que vous soyez un professionnel, un entrepreneur ou un étudiant, cet atelier vous fournira les clés pour atteindre vos objectifs plus rapidement et avec moins d'efforts. Pendant 4 heures, un formateur ou un coach vous permettra d'ancrer les outils et les stratégies pour renforcer votre autonomie.



DEMANDES SPÉCIFIQUES



Chez AUDEAT COACHING, nous croyons fermement que le monde regorge d'opportunités. Si vous avez des besoins particuliers, notre vaste réseau de partenaires, nous permet de convertir ces besoins en possibilités. Prenons le temps de discuter et d'explorer ensemble les différentes perspectives.

Envoyez votre demande :
contact@audeatcoaching.com



Bonjour, je suis Marie Christelle Biloa Crouzet, Responsable d'AUDEAT COACHING, coach professionnelle certifiée, Praticienne PNL et formatrice PCM. Expatriée depuis 11 ans dans plusieurs pays d'Afrique.

J'accompagne en individuel ou en équipe, particulièrement les femmes dirigeantes, managers et cadres en quête d'équilibre entre leur vie personnelle et leur carrière, en les aidant à mieux se comprendre, à accroître leurs compétences en communication, à exprimer leur vision et à se valoriser dans le projet qui leur tient à cœur.

En entreprise, je forme les leaders et leurs collaborateurs dans les domaines exécutif et relationnel. Il s'agit ici de renforcer les compétences pour avoir un leadership agile, un management individualisé et de communiquer efficacement afin de construire des environnements de travail sains propices à la collaboration et à l'engagement.

CONTACT



www.audeatcoaching.com



+221 77 725 60 87 / +33 85 66 56 85



contact@audeatcoaching.com

