



MARION
GARBOUS

Consultante - Coach

Marion Garbous, Coach certifié (par le Dojo, formation reconnue RNCP), Psychologue de formation (master II psychologie du travail), accompagne les personnes, les collectifs, les organisations, dans leurs enjeux de développement et de transformation.

Passionnée par la libération des freins et croyances limitantes ainsi que par l'alignement des batteries intellectuelles, physiques et émotionnelles de l'être humain, Marion aide les personnes qu'elle accompagne à retrouver de la puissance d'être et d'agir.

QUELQUES EXEMPLES D'INTERVENTION

Coaching d'intégration

Pour accompagner les cadres dirigeant managers ou experts dans leur prise de fonction.

Coaching de développement

Pour donner du sens, anticiper et élargir son cadre de référence, devenir leader responsable, comprendre les enjeux et jeux de pouvoir, gérer la complexité et l'incertitude, s'affirmer en restant soi-même.

Coaching de résolution

Pour sortir de la confusion/des conflits, gérer les échecs, accepter et gérer ses émotions, sortir de l'isolement, communiquer avec impact, oser à nouveau.

Codéveloppement

- ▶ Pour briser les fonctionnements en silos (fonctionnels comme géographiques), challenger la culture d'entreprise.
- ▶ Pour renforcer la performance de l'organisation en créant une dynamique de réflexion collective parmi les cadres et managers.
- ▶ Pour offrir aux cadres et managers un temps de partage avec leurs pairs, un espace de réflexion et de créativité pour mettre en lumière et résoudre leurs principales problématiques professionnelles.

PARCOURS ET EXPÉRIENCE

Management d'entreprise. Plus de 10 ans d'expérience à des fonctions de direction d'équipes, dans le secteur des ressources humaines.

Accompagnement professionnel et personnel. Plus de 10 ans d'expérience en conduite d'entretien, bilan de carrière, évaluation diagnostique.

Coaching et management. Plus de 7 ans d'expérience dans le coaching individuel et d'équipe et en accompagnement du changement.

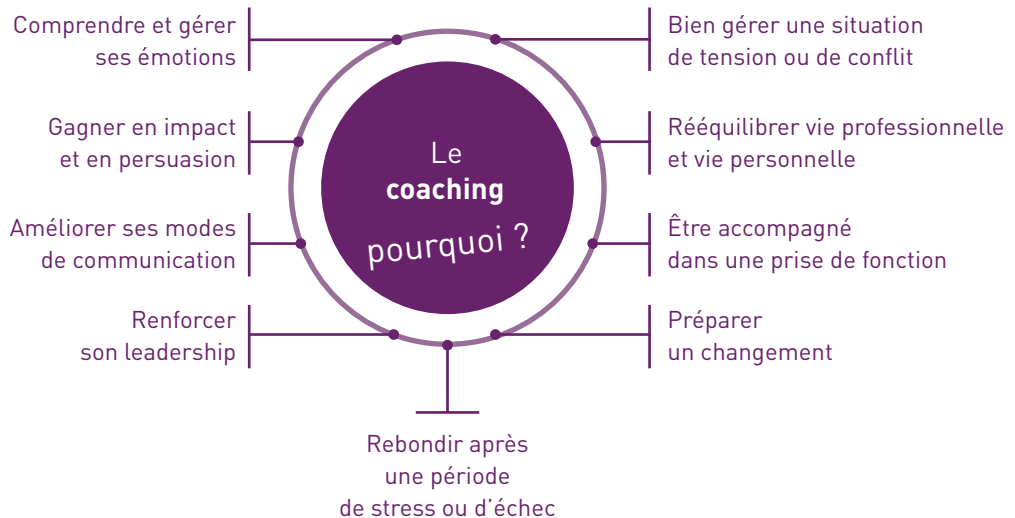
COACHING INDIVIDUEL

Le coaching est un travail de développement personnel centré sur la réalisation d'objectifs professionnels et destiné à aider le bénéficiaire à trouver ses propres solutions et à se réaliser dans le cadre de l'entreprise.

Ce n'est ni un apprentissage d'une technique ni un conseil sur le savoir-faire, mais un moyen de découvrir et d'expérimenter des aspects inutilisés de son propre potentiel.

Le coaching agit dans le présent sur notre perception de la réalité pour ouvrir le champ des possibles.

Il redonne de la souplesse à la pensée et/ou aux comportements en mobilisant toutes les formidables ressources qui sommeillent.



Pourquoi travailler avec un coach ?

Parce que le coaching est constructif à tout moment de la carrière.

Prise de poste, chômage, reconversion professionnelle, période de transition, etc.
À tout moment de sa vie professionnelle, on peut ressentir le besoin d'être aidé et accompagné.

Parce qu'on apprend à mieux se connaître.

Grâce au questionnement et à l'accompagnement du coach, le coaché découvre des clés et des outils, qui lui permettent non seulement de trouver ses solutions aux problèmes actuels, mais qui lui seront utiles à l'avenir pour faire face à ses défis futurs.

Parce que le coaching nous permet d'atteindre des objectifs précis.

Le coaching professionnel, c'est avant tout une démarche pragmatique. Il s'agit d'atteindre des objectifs précis, définis par le coaché en début de coaching. Entre chaque séance, le coaché va mettre en place des actions concrètes pour progresser vers son objectif.

Parce que le coaching crée les conditions d'un travail unique.

C'est un lieu où l'on prend du recul grâce à un temps privilégié qui est dédié à la réflexion. C'est un lieu où l'on peut parler de soi et de ses préoccupations sans la crainte d'être jugé(e) dans une relation de confiance et de confidentialité avec son coach.

Le processus

Rendez-vous de découverte coach/coaché



Accord réciproque pour enclencher la démarche



Réunion validation du contrat



Séances espacées de 2 à 3 semaines (8 à 10 en moyenne)

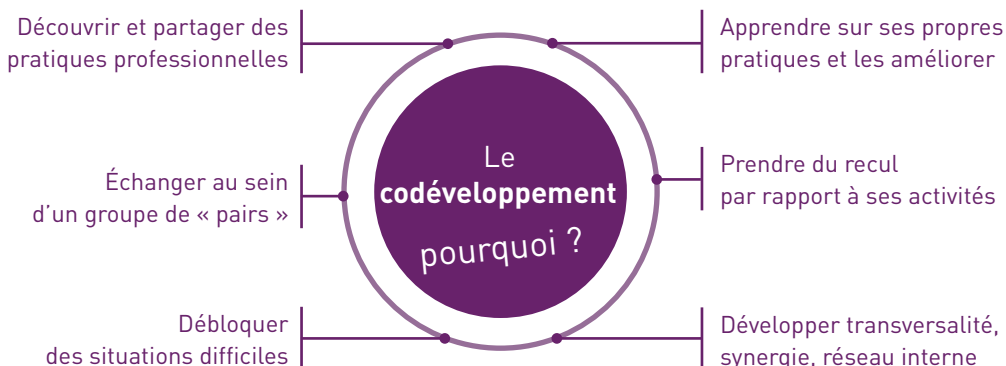


Réunion de bilan du coaching

CODÉVELOPPEMENT

Pragmatique, fondé sur le courant nord-américain des pédagogies de l'action, le codéveloppement est **une nouvelle forme d'accompagnement collectif entre pairs** : managers, experts sans lien hiérarchique.

Il se pratique en petit groupe (maximum 8 personnes), à raison d'une matinée par mois. **C'est une méthode efficace au service du décloisonnement et de la transversalité.**



À quoi ressemble une séance ?

Un participant par séance endosse le rôle de « client ».

D'une durée moyenne de 3 heures, la séance s'articule autour de **6 étapes** :

- 1. Présentation** de la situation par le « client »
- 2. Questions de clarification** par le groupe
- 3. Formulation d'une demande** précise du « client » au groupe
- 4. Propositions de solutions** par les participants
- 5. Réflexion** du « client » et présentation de son **plan d'action**
- 6. Retour d'expérience** et apprentissages du jour



Marion Garbous
Consultante – Coach

5 rue des Vignoles – 75020 Paris

Tél. : 06 83 36 36 36

E-mail : contact@mariongarbous-psycoach.com

mariongarbous-psycoach.com