



Ensemble, cap vers l'essentiel

CAPSARA Coaching Individuel et d'Equipes
Pour que la relation humaine soit au service
de l'épanouissement des personnes
et de la réalisation des changements désirés



Séminaire d'équipe

*Améliorer climat et cohésion au service de
l'engagement et de la performance*

Durée
2 jours

Lieu
En résidentiel ou
à Neuilly s/Seine

Tarif
Intra-entreprise
Devis sur mesure

Objectifs du programme

Le manager et son équipe de travail sont invités à vivre un moment fort, déconnecté des opérations quotidiennes, dans un cadre à la fois bienveillant et exigeant. Grâce à une méthodologie respectueuse et efficace, différents ateliers interactifs permettent à chaque participant de prendre conscience de son fonctionnement et de celui des autres membres de l'équipe.

Exemples de situations propices à ce travail

Challenge à relever collectivement
Equipe dans laquelle se vivent des tensions importantes
Equipe prise dans un mouvement de transformation fort
Bonne entente et souhait de nourrir la reconnaissance

Verbatim

« La solidarité, la convivialité et le travail transverse ont été fortement renforcés », « Mes collaborateurs ont compris qu'ils peuvent s'exprimer librement et en confiance avec moi », « Un des plus beaux moments de ma vie professionnelle », « J'ai compris des choses essentielles sur moi-même et sur mon parcours »

Quelques références

ENGIE, BNP Paribas, VDP Formation, MBA RH Paris Dauphine

CAPSARA 4 bis avenue Philippe Le Boucher 92000 Neuilly sur Seine

Tél. 06 23 85 86 32

valerie.commaret@capsaracoaching.com

www.capsaracoaching.com

« Climat et cohésion d'équipe au service de l'engagement et de la performance »

Vivez une session avec votre équipe !

Dans votre équipe, vous observez peut-être des difficultés comme :

- Des tensions qui nuisent à l'efficacité
- Un manque de cohésion, de coopération et de soutien
- Des signaux faibles individuels ou répétés (absentéisme, turnover, stress, pré burn out)

Et en même temps vous avez besoin d'un collectif fort et engagé !

- Vous avez un challenge important à relever collectivement et la coopération est essentielle
- Votre équipe est prise dans un mouvement de transformation fort
- Vous souhaitez que les membres de votre équipe se soutiennent et puissent donner durablement le meilleur d'eux-mêmes
- En tant que manager vous voulez réduire votre propre isolement, progresser et vous épanouir dans votre fonction

Sans doute avez-vous besoin de ...

... amener les personnes à prendre davantage leurs responsabilités

... comprendre les réactions liées au stress, et les comportements défensifs

... dépasser les a priori et rentrer dans une relation plus authentique : se connaître (conscience de soi) et comprendre les comportements des autres

... davantage nourrir la reconnaissance, la confiance et l'estime de soi des membres de votre équipe

Solution : je vous propose un séminaire d'équipe sous un format 2 jours¹.

- Un moment fort, déconnecté des opérations quotidiennes
- Basé sur une méthodologie éprouvée, respectueuse et efficace, avec différents ateliers interactifs pour mieux se connaître, et comprendre le fonctionnement des membres de votre équipe

Voici les fruits observés de sessions de ce type

- ✚ **Vie d'équipe transformée** : davantage d'écoute, de bienveillance, d'échanges et d'ouverture, et de **coopération transverse**
- ✚ Les feed back sincères et positifs échangés permettent aux participants de **nourrir leur confiance** en eux-mêmes. Ils prennent conscience de la **place** importante qu'ils occupent dans l'équipe, de leur **contribution** effective, et des **liens** tissés au fil du temps. Forts de cela, ils se montrent plus confiants et ouverts, et cela transparait au-delà des frontières de l'équipe.
- ✚ S'ajuster dans les relations interpersonnelles, et évoquer des **difficultés non résolues** au plan individuel ou collectif. Cette ouverture, dans la délicatesse et en même temps l'exigence, chacun assumant sa responsabilité, **libère l'énergie bloquée** et permet alors à toute la créativité des personnes de se déployer. **Etre pleinement soi conduit à se sentir aligné, et donc à se consacrer à ses missions plutôt qu'à se défendre.**
- ✚ Pour le manager, c'est la possibilité de mieux **écouter et comprendre son équipe**, et **d'adapter sa posture** et son mode de management en fonction de ses propres **besoins** et de ceux de ses collaborateurs. Ses actions gagnent ainsi en **efficacité** et en **pertinence**.

¹ Les formats d'intervention peuvent être calibrés en fonction de vos besoins



Ensemble, cap vers l'essentiel

*« Exercer un pouvoir responsable,
c'est comprendre que chaque mot
définit pour l'autre un possible dont
il s'emparera peut-être avec
jubilation pour enfoncer les
barrières de l'impossible. »*

Bruno JARROSSON



Valérie COMMARET

Diplômée d'HEC, j'ai créé **CAPSARA** et développé mon activité de coach après avoir exercé pendant une vingtaine d'années des responsabilités managériales dans le secteur de l'énergie.

Coach certifiée (Transformance Pro-Vincent Lenhardt) et accréditée EMCC, je suis formée dans différents domaines des relations humaines (Elément Humain, Analyse Transactionnelle, MBTI, Recherche de Carrière Implicite, Logique Emotionnelle).

Ce qui m'anime dans mon métier, c'est de susciter dans les équipes un climat propice à l'engagement et à la performance collective, c'est-à-dire permettant à chaque membre de l'équipe de se sentir **important, compétent et apprécié**, grâce à des **relations interpersonnelles authentiques et responsables**.

CAPSARA 4 bis avenue Philippe Le Boucher 92000 Neuilly sur Seine

Tél. 06 23 85 86 32

valerie.commaret@capsaracoaching.com

www.capsaracoaching.com