*Stéphanie Gressier*

**COACHING**
**FORMATION**
**FACILITATION**




DÉVELOPPEMENT
PERSONNEL
SOFT SKILLS

à vrai dire
Accompagnement (im)pertinent

XALIS
Coopérative d'entrepreneur·e·s

## RENCONTRONS-NOUS

**07 . 60 .99 . 36 . 54**
gressierstephanie@gmail.com
www.avraidire.eu

# FORMATION

*Les formations peuvent aussi être suivies en format individuel.*

## DÉVELOPPEMENT PERSONNEL

*Développer son intelligence relationnelle*
***Session de 2 jours***

*Gestion du stress*
***Session de 1 ou 2 jours***

*Gestion des émotions en milieu professionnel*
***Session de 1 ou 2 jours***

*Confiance en soi*
***Session de 1 ou 2 jours*** ***– en individuel uniquement***

*Connaissance de soi*
***Session de 1 ou 2 jours***

*Développer son bien-être au travail*
***Session de 2 jours***

Ces formations peuvent se dérouler en distanciel via mural , zoom et teams

à vrai dire
Accompagnement (im)pertinent

XALIS
Coopérative d'entrepreneur·e·s

# FORMATION

- *Les formations peuvent aussi être suivies en format individuel.*

## COMMUNICATION

*Communication impactante : aligner l'image renvoyée avec l'intention du message*
***Session de 2 jours***

*Communication assertive : intelligence émotionnelle et situationnelle*
***Session de 2 jours***

*S'affirmer dans sa prise de parole en public*
***Session de 2 jours***

## SOFT SKILLS

Manager grâce à son intelligence émotionnelle
***Session de 2 jours***

Leadership transversal
***Session de 2 jours***

Animer des réunions créatives
***Session de 2 journées***

Animer une équipe en mobilisant l'intelligence collective
***Session de 1 jour***

# COACHING - FACILITATION

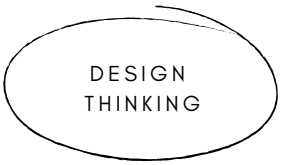
## COACHING




Vous avez le sentiment d'être bloqué dans votre situation professionnelle ou personnelle.
Vous manquez de confiance en vous. Vous aimeriez changer de vie, d'orientation professionnelle mais vous vous sentez perdu, le coaching vous aidera à reprendre le fil de votre vie.
**Coach professionnelle certifiée** de la Haute école de coaching, je vous accompagne afin d'atteindre vos objectifs.
Formée à l'approche systémique paradoxale de Palo Alto.

***Modalités :*** *Coaching individuel dont la durée s'ajuste en fonction des vos besoins spécifiques.*

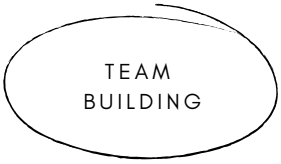
## FACILITATION




Facilitatrice, j'accompagne les collectifs à trouver des solutions innovantes à leurs projets en mobilisant l'approche design thinking.
Le **Design Thinking** est une méthodologie innovante qui permet de transformer les idées et les projets en actions réelles et en prototypes tangibles ( certification KLAP)

***Modalités :*** *Session d'1/2 journée à 2 jours selon les besoins.*

## COACHING COLLECTIF




J'accompagne les collectifs à mieux travailler ensemble vers un objectif commun : améliorer la performance globale et la cohésion de l'équipe.

Cela se traduit notamment par une valorisation des compétences individuelles, par la création d'un climat favorable à l'expression de ces compétences et par une bonne circulation de l'information entre les personnes.

***Modalités :*** *Ces "team building" peuvent se dérouler en distanciel comme en présentiel selon le contexte sanitaire.*

à vrai dire
Accompagnement (im)pertinent

XALIS
Coopérative d'entrepreneur·e·s

# SATISFACTION

## SATISFACTION DES PARTICIPANTS

Évaluations des participants à mes formations en communication et en développement personnel, dispensées au sein de l'organisme de formation Oxalis.

**96 %** de satisfaction moyenne

***7 formations · 16 réponses***

## COMMUNICATION

***96 % · 13 réponses***

| | |
|---|---|
| Communication impactante (1) | **100 %** |
| Communication assertive et intelligence situationnelle (2) | **99 %** |
| Aligner l'image renvoyée avec l'intention du message (1) | **98 %** |
| Communication assertive en milieu professionnel (7) | **95 %** |
| Communication assertive et intelligence émotionnelle en milieu professionnel (2) | **91 %** |

## DÉVELOPPEMENT PERSONNEL

***96 % · 3 réponses***

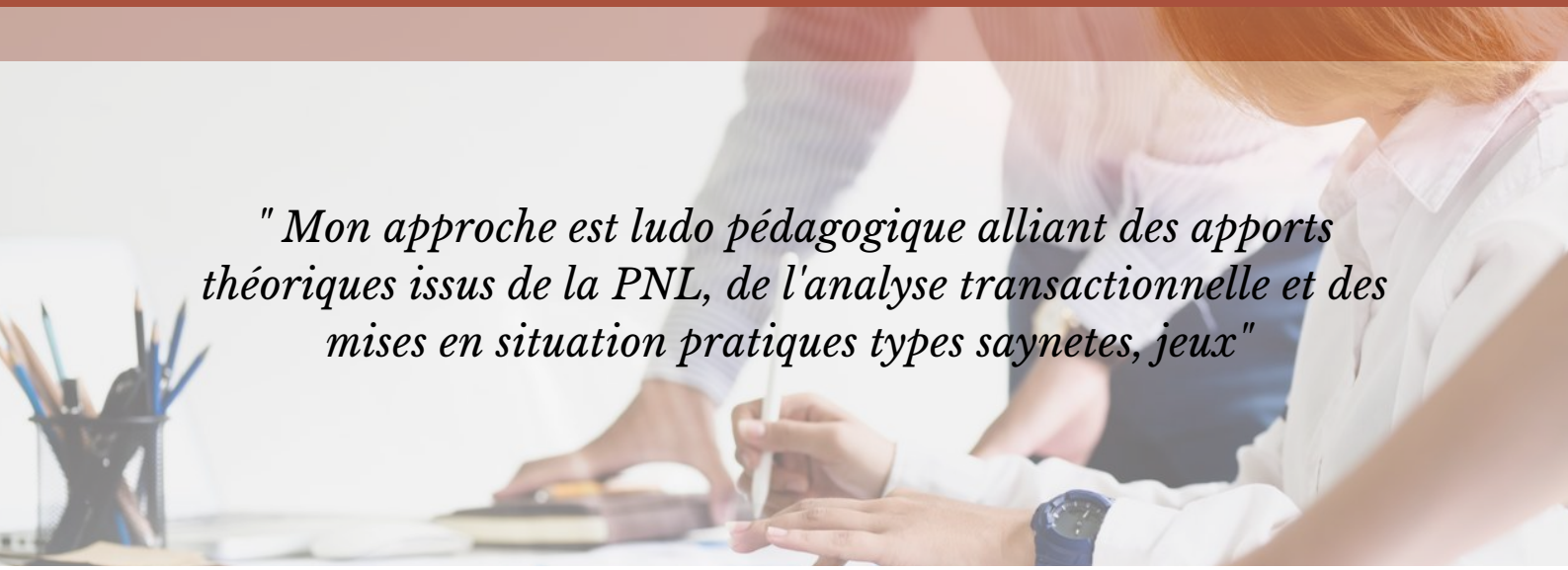
| | |
|---|---|
| Confiance en soi (2) | **96 %** |
| Développer sa confiance en soi pour s'affirmer dans sa prise de parole en public (1) | **96 %** |

Moyennes pondérées par le nombre de réponses (entre parenthèses).
Source : questionnaires de satisfaction des participants (Oxalis).

à vrai dire
Accompagnement (im)pertinent

OXALIS
Coopérative d'entrepreneur·e·s

# FORMATION



*" Mon approche est ludo pédagogique alliant des apports théoriques issus de la PNL, de l'analyse transactionnelle et des mises en situation pratiques types saynetes, jeux"*

**En tant que entrepreneure je suis membre de l'organisme de formation OXALIS**

Oxalis est un organisme de formation professionnelle (enregistré sous le numéro 82-74-02722 74 à la DREETS Auvergne Rhône-Alpes).

Il regroupe environ 50 activités de formation (individuelles et collectives) menées par les entrepreneur-es formateur-rices de la coopérative.

Depuis mars 2021, Oxalis est certifiée Qualiopi pour la démarche qualité mise en oeuvre par ses formateur-rices pour leurs actions de formation.

*"« Croyez en vos rêves et ils se réaliseront peut-être. Croyez en vous et ils se réaliseront sûrement. »*
*– Martin Luther King*
*"*


*Stéphanie Gressier*

COACHING
FORMATION
FACILITATION

à vrai dire
Accompagnement (im)pertinent

OXALIS
Coopérative d'entrepreneur·e·s

**CONTACT**

**07 . 60 .99 . 36 . 54**
gressierstephanie@gmail.com
www.avraidire.eu