Coaching d'équipe

Que ce soit une équipe qui n'a plus confiance, qui n'ose plus avancer, épuisée par la charge de travail, freinée par un fort turn-over et des arrêts maladie, ou qui peine à s'exprimer ouvertement... Il est temps d'agir.
Ensemble, nous clarifions la situation. Nous reconnaissons les problèmes, mettons des mots sur les difficultés et trouvons des solutions concrètes pour restaurer la confiance et la dynamique collective.

Redonner un souffle a vos équipes

Votre équipe rencontre des difficultés ?

- Des conflits à répétition, impossible de se mettre d'accord ?
- Une croissance rapide, mais des nouveaux qui peinent à s'intégrer ?
- Une organisation qui évolue, mais plus personne ne sait qui fait quoi ?
- Une perte de sens et de motivation dans le travail ?
- Un manque d'autonomie qui freine l'efficacité ?
- Une relation difficile entre l'équipe et son manager ?
- Une équipe qui change complètement et doit se reconstruire ?

Mes thématiques d'interventions :

- **Communication et relations** :

Fluidifier les échanges, renforcer l'écoute pour favoriser un climat de travail serein

- **Esprit d'équipe et motivation** :

(Re)Créer une dynamique positive et engagée pour renforcer la coopération

- **Gestion des conflits** :

Désamorcer les tensions et les désaccords pour favoriser un climat de travail apaisé.

- **Gestion du temps et des priorités** :

Aider à mieux organiser les tâches pour éviter la surcharge mentale et gagner en équilibre ?

- **Echange de signes de reconnaissances** :

Valoriser les contributions individuelles et collectives pour renforcer la motivation

- **Accompagnement au changement** :

Aider les équipes à s'adapter aux transformations pour retrouver des repères.

- **Réunions d'équipe efficaces** :

Structurer, dynamiser et maximiser l'impact des échanges pour éviter la perte de temps.

- **Prévention de l'épuisement au travail** :

Identifier les signaux d'alerte pour éviter le burn-out et favoriser la sérénité au travail.

- **Clarification des rôles et responsabilités**

Définir clairement le « qui fait quoi ? » pour éviter les frustrations et remettre du cadre.

- **Alliance entre managers et équipes**

Créer un mode de collaboration fluide en favorisant la confiance

- **Vision collective et engagement**

Travailler sur un projet commun et donner une direction claire aux équipes.

Les bénéfices

3 2 1 pulsion

- Une équipe remobilisée et engagée.
- Une communication plus fluide et constructive.
- Une meilleure gestion du stress et des conflits.
- Une vision claire et partagée des objectifs.

Mes outils

- **Approche systémique** : Prendre du recul et voir les choses dans leur globalité.
- **PNL** (Programmation Neuro-Linguistique) : Mieux comprendre et gérer ses pensées et émotions.
- **Analyse transactionnelle** : Améliorer la communication et les relations interpersonnelles.
- **Diagrammes** (place et lieu, statique et dynamique) : Visualiser et structurer les enjeux.
- **Travail de vision** : Clarifier l'avenir et donner du sens aux actions.
- **PCM** (Process Communication Model) : Mieux comprendre les personnalités et adapter son management.
- **Facilitation graphique** : Des outils visuels pour clarifier et structurer les idées.
- **Entraînement mental** : Comme des sportifs de haut niveau, dépassez la peur d'échouer et avancez avec confiance !

Modalités d'accompagnement

L'accompagnement commence par une analyse de vos besoins et la mise en lumière des problèmes. Ensuite, on élabore ensemble des objectifs clairs et un plan d'action pour y parvenir.
Un principe important au démarrage avec les équipes : un contrat relationnel qui permet de créer un climat de confiance et d'évaluer ce que vous êtes prêt à accepter pour avancer sereinement.

Pourquoi se faire coacher ?

Parce qu'on ne peut pas tout gérer de l'intérieur !

- **Prendre du recul :** Un regard extérieur pour mieux comprendre et agir.
- **Gagner du temps** : Identifier rapidement les leviers d'amélioration.
- **Bénéficier d'un appui solide :** Un coach, c'est une ressource qui éclaire, structure et accompagne le changement.
- **Restaurer la confiance :** Un cadre neutre et bienveillant pour libérer la parole et renforcer la cohésion.
- **Repartir sur de bonnes bases :** Déconstruire les blocages et repartir sur des fondations solides.

Un coaching, c'est une opportunité de remettre votre équipe sur les rails !

3 2 1 pulsion

Les étapes clefs du coaching

1. **Diagnostic et Prise de Conscience**
   - Identification des tensions et des blocages.
   - Compréhension des enjeux individuels et collectifs.
   - Validation des problématiques par les équipes et le management.
2. **Coaching Collectif et Individuel**
   - Coaching d'équipe : Amélioration de la communication, co-construction des solutions.
   - Coaching individuel : Accompagnement des managers et collaborateurs clés.
3. **Entrainement et feed back**
   - Retour sur expériences.
   - Eclairages théoriques.
   - Regard sur la gestion du temps et des priorités.
   - Clarté sur la vision et l'organisation.
   - Travail sur la confiance et la motivation.
4. **Suivi et Pérennisation**
   - Adaptation au changement
   - Clôture et bilan



Demandez votre devis personnalisé

- Selon nombre de séances individuelles et collectives
- Effectif de l'équipe concernée
- Objectif : coaching de soutien à la performance ou gestion de crise



Naïma Saket

Coach "Maître Praticien" certifiée RNCP depuis 2014, je suis également consultante spécialisée dans **l'Économie Sociale et Solidaire** (ESS) et formatrice certifiée Qualiopi. Diplômée en **STAPS** et ancienne sportive de haut niveau, j'ai développé un mental de compétitrice au service du coaching. Avec 15 ans d'expérience en tant que **Dirigeante et Manager**, j'ai un parcours ancré dans le management et le leadership

Contact

3.2.1 Pulsion
32 Rue Stalingrad 38100 Grenoble

site web :
https://321pulsioncoaching.com/
mail : naima@321pulsioncoaching.com

tel : 06 26 52 85 31

Catalogue 2025-2026
Numéro d'activité : 84380787538