

Coaching à

PART



## OFFRE D'ACCOMPAGNEMENT

**Liliane DORVAL**

Coach certifiée RNCP N1 - Haute Ecole  
de Coaching Paris

Ex. Consultante Mentor Tutrice  
Praticienne en Psychopédagogie  
Positive

# PLAN DE PRÉSENTATION 1

01

02

03

04

05

06

Coaching  
professionnel  
individuel

Coaching personnel

Coaching pro et perso  
au féminin

Coaching à  
PART



# PLAN DE PRÉSENTATION 2

07

Coaching laser

10

08

Coaching « PART » le tango argentin

11

09

Psychopédagogie positive

12

Coaching à  
PART

# LE COACHING PROFESSIONNEL

# 04

# LE COACHING PROFESSIONNEL

## DANS QUEL OBJECTIF ?

Parvenir à clarifier les objectifs, les ressources.  
Expertiser le niveau des processus relationnels.  
Faciliter la prise de conscience des ressources et leur mobilisation.

Favoriser une meilleure compréhension de ce que « ressource humaine » signifie.  
Équilibrer une stratégie viable, efficace, applicable tout au long de sa carrière, de son projet.

Contribuer au développement d'une personne libre et consciente de ses choix, en relation avec son environnement.

Transformer tout ce qui constitue un obstacle à la libération des énergies individuelles pour se mobiliser vers le changement.

## C'EST QUOI ?

Rechercher l'amélioration continue du potentiel

Accompagner un système (individu, équipe, organisation) à trouver lui-même ses réponses pour atteindre ses objectifs.

## AU SERVICE DES ENTREPRISES, INSTITUTIONNELS, SECTEURS ASSOCIATIFS OU SOCIAUX

En contrat tripartite entre le coach, le coaché (volontaire) et le commanditaire de l'entreprise (hiérarchique ou DRH) – La mise en place du coaching et des conditions de réussite se fait avec l'accord et le soutien de la hiérarchie.

## DANS QUEL CAS ?

Lorsque les sujets de développement ne relèvent pas d'un « savoir technique ou théorique ».  
Lorsqu'il s'agit de domaines relevant des comportements,

de la régulation des émotions, des relations.

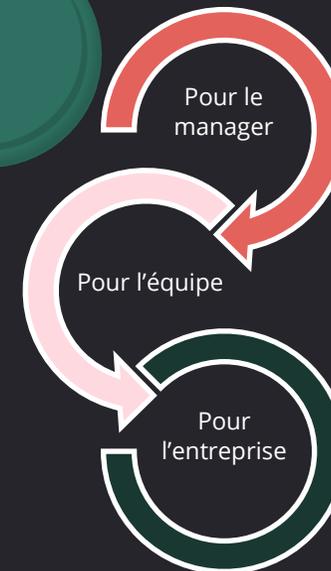
Lorsque le coaching concerne une personne privée qui a besoin d'un tiers, dans une optique de développement professionnel.

## POUR GAGNER QUOI ?

- De l'efficacité
- Du confort
- De l'autonomie
- De la motivation
- Du plaisir au travail
- Un gain de temps

- De la qualité de travail
- De la motivation
- Du développement des compétences
- De la responsabilité
- Une dynamique positive

- De la performance durable globale
- De la réduction des risques psychosociaux
- De l'optimisation du potentiel
- Du développement des compétences mesurable
- Du changement culturel



Coaching à  
PART

# LE COACHING PERSONNEL

05

# LE COACHING PERSONNEL

## DANS QUEL OBJECTIF ?

Une approche de la personne dans sa globalité

Stimuler une recherche de solutions créatives à partir du potentiel de la personne et des espaces de liberté que laisse la situation envisagée

Libérer les énergies du changement

Démontrer un signe de maturité, une preuve et un acte de professionnalisme

Devenir une personne libre et consciente de ses choix, en relation avec son environnement

Définir ses objectifs en clarifiant sa raison d'être puisque tous les domaines de son existence sont liés

Permettre d'abord de faire le point. Où en est-on ?

Où veut-on aller ? Avec qui ? Sans qui ?

## C'EST QUOI ?

Un accompagnement professionnel individualisé

## AU SERVICE DES PERSONNES

Accompagnement personnalisé : la personne coachée est au centre du travail. Les outils, techniques, méthodes, garantissant un résultat mesurable, sont mis en œuvre

de façon pertinente dans le contexte spécifique d'évolution de la personne coachée, pour répondre à un besoin précis, aider à résoudre une difficulté, imaginer des situations nouvelles

## DANS QUEL CAS ?

Lorsque l'expression de l'ensemble du potentiel de l'individu peut lui permettre d'atteindre un niveau d'équilibre et de performance optimal

Lorsqu'il s'agit de domaines relevant des comportements, de régulation des émotions, des relations

Lorsque le coaching concerne une personne privée qui a besoin d'un tiers, dans une optique de développement personnel

## POUR GAGNER QUOI ?

Apprendre à mieux se connaître

Se projeter dans l'avenir

Créer un véritable projet de vie

Équilibrer vie professionnelle et vie affective

Favoriser une meilleure expression des qualités, des ressources ou des compétences

Améliorer les compétences, les ressources

Retrouver l'énergie de la créativité

Gagner en autonomie, en confiance

Permettre de visualiser une situation idéale

Permettre de contourner les obstacles, de dépasser les limites, empêchant d'aller où nous voulons aller et de la façon dont nous voulons le faire

Permettre de définir une stratégie et de faire un plan d'action, étapes par étapes, afin d'atteindre l'objectif

Permettre de faire face à une situation pendant une période de changement ou de crise ou de conflit



Coaching & PART

Coaching à  
PART

**LE COACHING  
PRO ET PERSO  
AU FÉMININ**

06

# LE COACHING PRO ET PERSO AU FÉMININ

## DANS QUEL OBJECTIF ?

- Eveiller la prise de conscience de la force des habitudes relationnelles et de leurs fondements
- Explorer la créativité, l'élégance, la posture
- Révéler le meilleur de l'individualité
- Distinguer le talent caché
- Réduire le stress de la compétition, du concours entre les femmes
- Mettre en lumière l'identité personnelle, le style, le talent
- Faire de la différenciation ou de la sensibilité un atout
- Accompagner les femmes dans la justesse de leur relation interpersonnelle et intrapersonnelle
- Accompagner la personne coachée qui poserait des objectifs personnels ou professionnels, de santé ou d'activité sportive, dans une dimension artistique

## C'EST QUOI ?

Un accompagnement professionnel personnalisé dans la communication relationnelle à soi, à l'autre, dans le couple, dans la danse à deux, dans les situations traumatisantes, dans les rapports stéréotypés

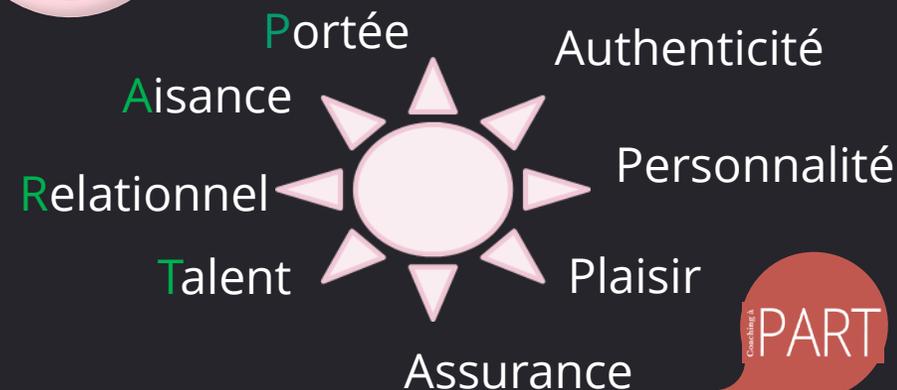
## NI SUPERWOMEN NI OBJET, JUSTE HUMAINE ET SOLAIRE

Accroître la « PART » féminine  
Les outils, techniques, méthodes, garantissant un résultat mesurable, sont mis en œuvre de façon pertinente dans le contexte spécifique d'évolution de la personne coachée, pour répondre à un besoin précis, aider à résoudre une difficulté, imaginer des situations nouvelles

## DANS QUEL CAS ?

- Lorsque le coaching concerne une personne privée qui a besoin d'un tiers, dans une optique de développement personnel au féminin
- Lorsqu'il s'agit de domaines relevant de la connaissance de sa propre spécificité
- Lorsque l'individualité s'exprime peu
- Lorsque la solitude prend le pas sur le bien-être
- Lorsque la liberté d'expression fait défaut au potentiel de réalisation
- Lorsque le coaching s'axe sur la communication relationnelle à soi, à l'autre, dans le couple, dans la danse à deux, dans les situations violentes traumatisantes, dans la singularité, dans la recherche d'autonomisation
- Lorsque la présence, la posture, l'élégance s'expriment difficilement

## POUR GAGNER QUOI ?



Coaching à PART



Coaching à  
PART

# LE COACHING LASER

07

# LE COACHING LASER

## DANS QUEL OBJECTIF ?

Décomplexer l'approche de la relation

Souligner la singularité, le leadership

Sortir du conflit relationnel ou de la lassitude

Réduire le stress de la compétition, du concours, de la relation de pouvoir

Mettre un accent immédiat sur la recherche et la mise en œuvre de solutions par la personne coachée

Effectuer une approche pointue centrée sur des objectifs très précis

Retrouver une liberté d'être sans victimisation

Accroître sa capacité relationnelle, son expressivité

Raconter son histoire dans l'ouverture du bal des mariés

Chorégrapheur une danse de groupe

Gagner en harmonie, équilibre, posture, maintien, affirmation

## C'EST QUOI ?

Une nouvelle pratique la « PART » de vous qui ose, soit une technique de valorisation dans la Portée/performance, l'Aisance/autonomie, la Relation/rencontre, le Talent/juste action...

## AU SERVICE DE LA PERSONNE, DE LA DANSE, DE LA MUSIQUE, DU MANAGER

En coaching laser, in live et formation brève dans la valorisation du PART (Portée, Aisance, Relationnel, Talent)

Le coach, révélateur, catalyseur, entraîneur, expert centré sur la personne ou le couple de danseurs ou la personnalité

## DANS QUEL CAS ?

Lorsque la danse a besoin de s'enrichir par le détail qui fait la différence

Lorsque la créativité perd de sa lumière

Lorsque la technique prend le dessus sur l'interprétation, le plaisir

Lorsque la performance manque d'improvisation

Lorsque la conscience échappe à l'attitude

Lorsque la danse révèle le fonctionnement

de sa relation à soi comme à l'autre

Lorsque le coaching concerne une personne privée qui a besoin d'un tiers, dans une optique de développement artistique, de santé, de management

## POUR GAGNER QUOI ?

Gagner en relationnel (rencontre), en aisance

(autonomie), en portée (performance)

Respecter son individualité

Construire le lien avec soi-même dans le rapport à l'Autre

Découvrir son talent (juste action)

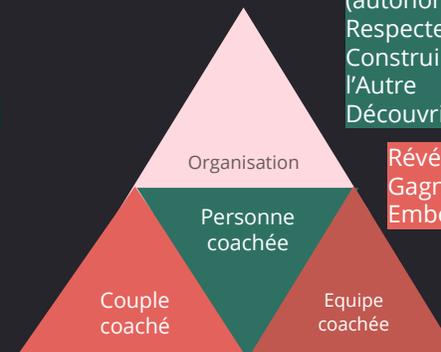
Révéler le style, les personnalités, les talents

Gagner en confiance et motivation (sens, singularité)

Embellir au quotidien les relations

Harmoniser les niveaux

Permettre la reconnaissance, la notoriété, la différenciation



Coaching à PART

Coaching à  
PART

**LE COACHING  
« PART »  
LE TANGO  
ARGENTIN**

08

# LE COACHING « PART » LE TANGO ARGENTIN

## DANS QUEL OBJECTIF ?

- Améliorer la mémoire, stimuler les sens, l'équilibre, la coordination
- Aider à la concentration, le contact avec la réalité
- Retrouver sens, équilibre, fluidité du mouvement
- Entraîner le cœur à l'effort lié au plaisir et la convivialité
- Éviter de toucher le partenaire (TOC)
- Travailler l'ancrage, la collaboration, la connexion, la confiance dans la relation et la créativité
- Permettre de voir la différence entre le coaching de manager et une conversation du quotidien
- Optimiser la relation hiérarchique
- Rappeler le contact initial et rassurant avec la mère, le père à l'heure des communications virtuelles
- Produire l'ocytocine, grâce à l'enlacement, câble avec la vie, produisant un effet thérapeutique sur le corps et l'esprit
- Créer une dynamique de groupe et servir de briseur de glace
- Explorer l'essence de la relation entre couple
- Constater le rôle de la perception de la sexualisation de ces rôles (leader--follower) sur l'action
- Recevoir du feedback PNL, mettre des mots sur ce que le corps révèle

## C'EST QUOI ?

Une approche tangothérapie-cardiotango-coachingtango qui permet de dévoiler les modes de fonctionnement dans la vie professionnelle ou quotidienne

Riche outil métaphore de la communication et du développement professionnel et personnel

## AU SERVICE DES GROUPES ET DES PERSONNES

Managers, coachs, couples, personnes dépendantes, futurs mariés, adolescents, demandeurs d'emploi, adultes en situation professionnelle

## DANS QUEL CAS ?

- Perte de son axe, de l'ancrage
- Collaboration, contribution, co-construction, partenariat
- Rapport au collectif, à l'autre
- Mauvaise posture, marche inadaptée
- Désalliance au groupe, à la musique, aux émotions
- Non-prévention au soutien psychologique
- Isolement
- Dépression
- Guidage inefficace ou inconfortable
- Dépassement de la zone de confort
- Leadership ou/et followership
- Besoin d'introspection, de changement, de prises de conscience

## POUR GAGNER QUOI ?

- Améliorer l'assurance, la détermination
- Garder le pouvoir de tirer les conclusions et ajustements envisageables
- Se connecter aux autres, s'adapter, se positionner
- Découvrir avec son corps et sa liberté
- Permettre la conscience de sa sensibilité
- Faire confiance en l'autre, développer l'écoute, l'empathie
- Apprendre de son leadership, de sa relation à l'autorité
- Prendre conscience du besoin de personnalisation de la communication
- Évoluer grâce à l'interaction avec les partenaires
- Mettre en lumière le plein potentiel
- Faciliter la rencontre autour de valeurs humaines et de valorisation du travail collaboratif
- Retrouver le plaisir, la bienveillance, la profondeur, la découverte, le partage, le voyage



Coaching à PART

Coaching à  
PART

LA  
PSYCHOPÉDA-  
GOGIE  
POSITIVE

09

# LA PSYCHOPÉDAGOGIE POSITIVE

## DANS QUEL OBJECTIF ?

- Une approche de la personne dans sa globalité
- Stimuler une recherche de solutions créatives à partir du potentiel
- Devenir une personne libre et consciente en relation avec son environnement
- Prêter attention aux besoins spécifiques
- Découvrir les ressources internes, qualités, compétences, forces de caractère
- Développer le mieux être, valoriser sa différence
- Elaborer ses propres outils
- Poser un regard différent sur la réussite
- S'autoriser l'erreur et le mouvement
- Devenir un professionnel engagé, épanoui, bienveillant
- Travailler les uns avec les autres dans la diversité
- Comprendre son fonctionnement
- Apprendre autrement
- Agrandir sa zone de confort
- Développer une collaboration bienveillante
- Connaître son Ikigai, découvrir sa mission

## C'EST QUOI ?

- Un accompagnement tripartite individualisé
- Un accompagnement collectif

## AU SERVICE DES PERSONNES ET D'UN COLLECTIF

- Les collégiens, les lycéens, les étudiants, les adultes,
- les éducateurs-enseignants, les parents, les tout-petits,
- les personnalités neuro-atypiques, les professionnels partenaires,
- les familles, les écoles, les institutions

## DANS QUEL CAS ?

- Les bilans et examens
- La préparation des oraux et entretiens
- La gestion du stress
- La démotivation, l'absence de sens
- La pédagogie, la méthodologie
- La régulation de l'anxiété, des émotions
- Le développement de la confiance et de l'estime de soi
- Le choix d'orientation, la reconversion
- La vocation
- La gestion du refus scolaire
- Les difficultés d'apprentissage
- Les relations parents-enfants
- Les troubles DYS...
- L'acceptation pleine de son intelligence atypique
- La parentalité positive bienveillante
- L'impact de la psychologie positive

## POUR GAGNER QUOI ?

- Apprendre à mieux se connaître
- Apprendre à apprendre
- Connaître son propre fonctionnement
- Favoriser une meilleure expression des qualités, des ressources ou des compétences
- Améliorer les compétences, les ressources et la créativité
- Gagner en autonomie, en confiance
- Permettre de contourner les obstacles
- Permettre de faire face à une situation pendant une période de crise
- Gagner en efficacité
- Permettre la conscience de l'effet pygmalion
- Retrouver le plaisir d'apprendre
- S'approprier un apprentissage adapté

Coaching & PART



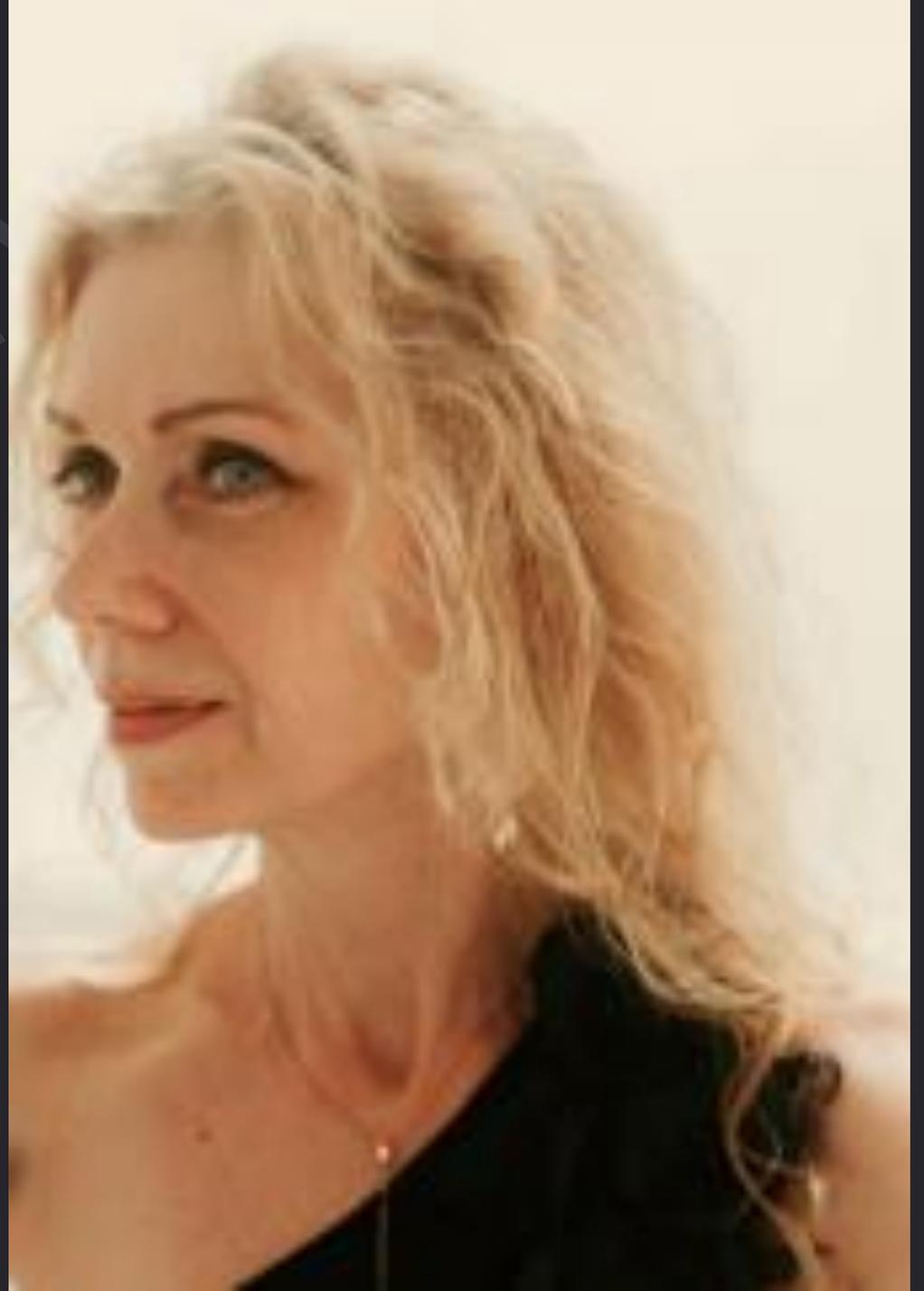
“

*« Accompagner,  
faciliter le chemin qui vise à être pleinement soi »  
Louise Challan*

”

*« Identifier sa signature,  
sa vibration unique,  
s'épanouir à sa juste place »*

*Liliane, 06 63 20 05 55*



**Merci !**

**La suite du PDF... ?**

**Parties 10 à 12 ?**

