

PRESTATIONS ENTREPRISES 2022/2023



*L'épanouissement de chacun mène à l'harmonie du collectif
et au rayonnement de l'entreprise*

TSP Coaching
Sylvie Thaon
sylthaon@gmail.com
06.37.36.51.34
N° Siret 820 953 511 00012



Sylvie Thaon

Coach
Thérapeute
Formatrice
Conférencière

Coach, thérapeute et ancienne dirigeante de structure sociale, j'allie mon expertise dans le domaine du coaching et des neurosciences émotionnelles, relationnelles et cognitives à ma créativité afin de favoriser l'épanouissement et la réalisation des pleins potentiels des individus et ainsi contribuer à l'harmonie du collectif et au rayonnement de l'entreprise.

Les valeurs que je porte

- Créativité, ingéniosité
- Ecoute et empathie
- Joie de vivre, enthousiasme
- Eco-citoyenneté
- Honnêteté, sincérité
- Curiosité, intérêt accordé au monde
- Partage et générosité

Mes domaines d'expertise

- Intelligences émotionnelle, cognitive & relationnelle
- Potentiel créatif et adaptabilité
- Animation & Education
- Accompagnement de projets
- Médiation

Mes formations

- Coaching systémique, stratégique et coaching de l'Être
- Coaching par l'art
- Piloter efficacement son cerveau (neurosciences cognitives, éducatives et émotionnelles)
- Créer le changement par le langage métaphorique
- Autorelaxation et méditation créatrice
- Pédagogie et pratique en motivation et concentration
- Techniques brèves GTS Concept (régulation émotionnelle et déprogrammation d'empreintes post-traumatiques)
- Le mandala, une pratique de communication
- DESJEPS (Diplôme d'Etat Supérieur de la Jeunesse, de l'éducation Populaire et du Sport)
- DEFA (Diplôme d'Etat relatif aux fonctions d'animation)

Dirigeant vous souhaitez...

- **faire rayonner** votre structure, votre projet
- contribuer au **bien-être et à l'épanouissement** des collaborateurs
- combiner **empathie** au travail et **efficience**
- améliorer **la qualité de vie** dans la structure
- allier **plaisir, créativité et efficacité** au travail
- stimuler l'**inspiration** et la **créativité** des équipes
- œuvrer à un **monde plus juste**

Depuis quelques années, la place du travail dans la vie a évolué, émerge de nouvelles exigences sociétales, tant du côté des salariés que des dirigeants d'entreprise.

Ce mouvement de fond s'accroît depuis la crise sanitaire, entraînant un changement structurel. Les sources de motivations évoluent, ce ne sont plus seulement axées sur la rémunération et la réussite sociale et entrepreneuriale. De nouveaux besoins apparaissent :

- **Respect** et **valorisation** au travail
- **Harmonie** et **équilibre** entre sa vie personnelle/vie professionnelle besoin de sens
- **Congruence** entre ses valeurs et son projet/son emploi/son entreprise
- **Contribution** pour Soi, pour l'entreprise et le monde

Dirigeants d'entreprise, managers et collaborateurs, tous aspirent à réinventer un monde professionnel où chacun ait sa juste place, mettant à profit son plein potentiel, contribuant à l'harmonie du collectif, au rayonnement de l'entreprise et à un monde plus conscient.

Vous vous reconnaissez dans ces mots ? Je vous propose de vous accompagner, vous et vos collaborateurs, dans l'épanouissement de chacun des acteurs de votre structure, le rayonnement de votre entreprise et votre contribution à ce changement de société.

Des prestations clefs en main ou sur mesure

Au plus près de vos besoins

- Le consulting
- Le coaching individuel pour les dirigeants, cadres et salariés
- Les ateliers mini/maxi
- Les formations
- Les conférences
- La création d'évènements sur mesure

Le consulting

LES PLUS

- Echanger sur sa vision, ses difficultés ou doutes
- Bénéficier d'un regard extérieur qui se pose sur votre structure, ses forces et ses freins
- Evaluer le bien-être et l'épanouissement des collaborateurs
- Enrichir sa vision et ses pratiques

Une démarche en 4 temps

1^{er} temps

Je vous rencontre, nous définissons ensemble votre besoin et les modalités de mise en place

2^{ème} temps

J'effectue un audit ciblé de la structure et rencontre le cas échéant vos collaborateurs afin de croiser les regards.

3^{ème} temps

Je rédige le rapport et les préconisations

4^{ème} temps

Nous prenons un temps de partages, vous et moi, pour que je vous présente mes retours et que vous vous les appropriiez.

Le coaching

LES PLUS

Un accompagnement sur mesure pour :

- réguler ses émotions et retrouver de la clarté
- interroger et faire évoluer ses pratiques
- nourrir sa vision et mettre du sens dans ses actions

A chacun son accompagnement

- Coaching de dirigeant
- Coaching de manager ou de collaborateurs
- Coaching d'équipe



Présentiel



Visio

Les ateliers Mini/Maxi

LES PLUS

- Des interventions courtes : un minimum de temps pour un maximum de bénéfices
- Des cycles d'ateliers pratiques, concentrés de savoirs faire et savoirs être
- Des interventions ciblées au plus proche de vos besoins et de ceux de vos équipes
- Des outils concrets à expérimenter et à s'approprier

Groupe
10 participants maxi

Cycle de
5 ou 10 ateliers de 2h

Exemple de thèmes

- Réguler ses émotions et se libérer des tensions physiques
- Se relaxer et revenir à l'équilibre
- Retrouver la sérénité
- Développer son attention
- Communiquer avec bienveillance
- Libérer sa créativité
- Créer une vision partagée d'un projet



Présentiel



Visio

Les conférences

LES PLUS

- Des thématiques innovantes, intégrant les dernières avancées en neurosciences cognitives (émotionnelles, comportementales, relationnelles)
- Des conférences combinant un temps de présentation avec un temps d'échanges
- La possibilité de combiner la conférence avec des ateliers ou formations

Exemple de thèmes

- Nos amies les émotions
- Comment les émotions limitent notre potentiel
- Déployer son potentiel créatif : pourquoi et comment ?
- Cultiver son pouvoir de résilience
- Reconnaître ses intelligences
- Les profils atypiques en entreprise



Présentiel



Visio

Les formations

LES PLUS

- Des formations innovantes, intégrant les dernières avancées en neurosciences cognitives (émotionnelles, comportementales, relationnelles)
- Une approche ludique, impliquante et concrète associant plusieurs pratiques (coaching stratégique et systémique, techniques de régulation émotionnelle, coaching par l'art...)
- Une offre qui s'adapte à vos besoins et de ceux de vos collaborateurs

Développer son intelligence émotionnelle

Régulation & Disponibilité intellectuelle

- Emotions & Plein potentiel
- Prévenir l'épuisement émotionnel
- Libérer le potentiel de vos collaborateurs (dirigeants & cadres)
- Manager les hypersensibles (dirigeants & cadres)



Présentiel



Visio

Développer son intelligence intrapersonnelle

Confiance & Estime de soi

- Reconnaître ses intelligences et ses talents
- Mieux se connaître pour mieux interagir

Développer son intelligence interpersonnelle

Relations & Communications

- Améliorer son écoute et sa communication
- Prévenir des risques de harcèlement
- Manager efficacement avec empathie (dirigeants & cadres)

Comprendre les profils atypiques

Uniques & Talentueux

- Profils atypiques, révélez vos talents !
- Repérer, comprendre et révéler le meilleur des profils atypiques (dirigeants & cadres)

Développer son intelligence créative et sa capacité adaptative

Changements & Créativité

- Libérer la créativité et ouvrir le champ des possibles
- Activer la force de résilience d'une équipe après un changement vécu comme traumatique
- Développer le potentiel créatif de vos équipes (dirigeants & cadres)

La création d'évènements

LES PLUS

- Un large réseau de coachs, professionnels de la santé et du bien-être et de la qualité de vie sur lequel s'appuyer
- Une aisance certaine à comprendre vos besoins et à donner vie à un programme qui vous ressemble
- Le plaisir de fédérer les équipes autour d'un projet qui a du sens pour chacun

- Journée
- Séminaire
- Week-end entreprise

Thématiques existantes

- Expression de soi (coaching, art-thérapie, danse, théâtre, yoga du rire, clown...)
- Intelligence collective (coaching, jeux d'empathie, théâtre...)
- Bien-Être (ostéopathie, yoga, aromathérapie, réflexologie, naturopathie...)
- Potentiel créatif (coaching, art-thérapie, créativité, contes métaphoriques, écriture spontanée...)
- Eco-citoyenneté (0 déchet, cuisine éco-responsable...)
-



Présentiel



Visio