



**CHRISTIAN GAUTHIER**

CONSEIL - COACHING - HYPNOSE ∴



## COACHING EN ENTREPRISE

Le coaching d'entreprise permet d'améliorer la performance de vos collaborateurs.

Pour avoir une meilleure performance au travail, les directions deviennent de plus en plus conscientes que les résultats au travail passent par deux facteurs principaux qui sont le bien-être de ses employés et le deuxième est le plaisir de travailler pour cette société.





## COACHING INDIVIDUEL

Durée : 8 séances de 3 heures sur l'année

Méthodologie : compréhension des besoins – coaching individuel – possibilité d'utiliser l'hypnose comme un des outils du coaching

Coaching - exercices de mises en situations

Public visé : managers

### Domaines d'intervention

- La gestion de stress.
- La prise d'une nouvelle fonction.
- La gestion des conflits.
- La gestion du temps et des priorités.
- La communication interpersonnelle.
- Le leadership et le savoir être.
- La connaissance et l'affirmation de soi.
- L'esprit d'équipe.
- Le travail suivant un plan, des indicateurs et des délais.





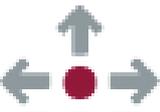
## COACHING D'EQUIPE

**Le coaching d'équipe en entreprise est une approche qui vise à améliorer les performances de l'équipe**

### Domaines d'intervention

- Accompagner l'équipe pour améliorer le climat de travail et le bien être.
- Mettre en valeur les talents de l'équipe.
- Mettre en valeur les comportements et les stratégies de l'équipe.
- Améliorer la communication interpersonnelle.
- Prendre conscience de son identité, de son rôle et de sa mission dans l'équipe.





# THE COACHING LEADER

## COACHING DE LEADER

### Domaines d'intervention

- Vous êtes nouvellement désigné dans un poste de direction, et vous avez besoin de comprendre les spécificités de votre nouvelle fonction, surmonter le stress et gérer efficacement vos émotions.
- Vous êtes déjà en poste de direction et vous voulez performer dans votre métier par le développement de votre leadership, votre communication, votre aptitude à prendre des décisions et apprendre à gérer vos priorités.
- Vous avez une entreprise et vous voulez passer à la vitesse supérieure, par l'acquisition des techniques de communication pour influencer positivement vos collaborateurs une autonomie.
- Vous souhaitez avoir plus d'aisance dans vos prises de décision.

**Si vous êtes dans l'une de ces situations ce programme est fait pour vous.**





## Que sont les ateliers du manager ?

Il s'agit d'aider les managers à progresser dans leurs compétences managériales, à la fois dans les dimensions individuelles et collectives par un accompagnement dans la durée, et à travers la conduite d'un groupe d'analyse de pratiques managériales.

Grâce à une méthodologie spécifique, les ateliers du manager ont pour vocation de décroiser le manager de son environnement habituel pour lui permettre d'enrichir sa propre vision par des apports extérieurs.

### Domaines d'intervention

- Rendre les managers plus autonomes et augmenter leur leadership, grâce à un apprentissage participatif et guidé, accompagné d'un coach professionnel.
- Agrandir leur réseau de relation interne.
- Rencontrer d'autres managers dans la même situation qu'eux.
- Echanger : faire part de leur expérience, apprendre celle des autres.
- Les managers progressent chaque mois par un plan d'expérimentation individuel.





## La posture du manager

Public visé : manager

Durée : 3 séances de 3 heures par mois

Méthodologie : formation – coaching d'équipe – exercices de mises en situations

### Domaines d'intervention

- « Trouver la bonne posture » en tant que manager pour permettre de s'affirmer face à son équipe, de trouver sa place entre l'autorité et le laxisme.
- Poser le cadre sainement.
- Muscler sa capacité à convaincre.
- Identifier et adapter sa communication.
- Développer et faire progresser son assertivité.
- Savoir gérer des collaborateurs difficiles
- Déterminer quel est votre style de personnalité et celui de vos collaborateurs.
- Découvrir comment agir en fonction de votre style de personnalité pour de meilleures relations de travail.
- Apprendre à gérer vos forces, vos faiblesses et celles de vos collaborateurs pour obtenir de meilleurs résultats.





## Développez votre leadership

Public visé : manager

Durée : 3 séances de 3 heures par mois

Méthodologie : formation – coaching d'équipe – exercices de mises en situation

### Domaines d'intervention

- Rendre les managers plus autonomes.
- Découvrir votre profil de leader.
- Apprendre à donner du sens et une vision.
- Travailler sur sa posture.
- Développer une communication énergique et positive.
- Développer leurs capacités à être fédérateur.
- Méthode « SERVIR »





## **L'intelligence collective**

Public visé : tous

Durée : 3 séances de 3 heures par mois

Méthodologie : formation – coaching d'équipe – co-développement - exercices de mises en situation

### Domaines d'intervention

- Apprendre à trouver des solutions ensemble.
- Donner du sens.
- Créer une culture commune.
- Faciliter la communication au sein des équipes.
- Renforcer la cohésion d'équipe.
- Impliquer, mobiliser les collaborateurs.
- Etre « outillé » sur la question de l'intelligence collective et en découvrir son potentiel.
- Induire un processus de changement dans l'équipe.





## La gestion du stress

Public visé : tous

Durée : 3 séances de 3 heures par mois

Méthodologie : formation – coaching d'équipe – exercices de mises en situation

### Domaines d'intervention

- Comprendre les mécanismes du stress.
- Évaluer ses modes de fonctionnement face au stress.
- Apprendre à repérer les signes précurseurs du stress dans sa pratique professionnelle quotidienne.
- Savoir prévenir les situations de stress au travail.
- Développer des ressources et des techniques pour faire face et réussir à gérer le stress.
- Apprendre à se détendre intellectuellement physiquement et émotionnellement.
- Sortir de la passivité et agir.





## Réussir sa réunion technique : comment être plus performant face à un client

Public ciblé : consultant

Durée : 3 séances de 3 heures par mois

Méthodologie : formation – coaching d'équipe – exercices de mises en situation

### Domaines d'intervention

- Définir clairement l'objectif et apprendre à mener l'entretien.
- Adopter une posture confortable : verbale, non verbale et mentale.
- Etre outillé sur la gestion de son stress.
- Travailler sur le contenu de son discours et savoir traiter les objections.
- Apprendre à convaincre son auditoire et savoir créer une alliance.





## Savoir gérer les conflits

Public ciblé : manager

Durée : 3 séances de 3 heures par mois

Méthodologie : formation – coaching d'équipe – exercices de mises en situation

### Domaines d'intervention

- Briser les idées reçues sur les conflits et les identifier.
- Apprendre à mettre en applications une « Communication Non Violente »
- Identifier les différents rôles des acteurs du conflit.
- Identifier les différents types de collaborateurs « difficiles ».
- Apprendre à sortir d'un conflit.





## **L'hypno coaching**

Durée : 6 séances de 3 heures sur l'année

Méthodologie : compréhension des besoins – coaching individuel et utilisation de l'hypnose Ericksonienne ou Intégrative@

Coaching - exercices de mises en situations

Public visé : managers

### Domaines d'intervention

- La gestion de stress.
- La préparation mentale.
- La prise d'une nouvelle fonction.
- La gestion des conflits.
- La connaissance et l'affirmation de soi.
- L'esprit d'équipe.
- Le travail suivant un plan, des indicateurs et des délais.
- La prise de parole, les soutenances.
- défendre son dossier,

### **Qu'est-ce que l'hypno coaching ?**

L'hypno coaching est le pont entre les forces "conscientes" d'un Coaching Stratégique et les forces "Inconscientes" libérées par la Communication Globale Hypnotique.



Le but premier de l'hypno-coaching est l'amélioration immédiate des résultats et un accompagnement souple et libre orienté vers la réussite et la performance.

L'hypno-coaching donne d'extraordinaires résultats dans les domaines d'applications tels que le Coaching professionnel d'entreprise pour cadres et dirigeants

Le "cerveau gauche" et le "cerveau droit" communiquent continuellement et sont tous les deux indispensables. Pourtant tout comme nous avons une préférence pour saisir un objet ou écrire avec l'une de nos mains, nous avons aussi une préférence hémisphérique.

Pour la plupart c'est le "cerveau gauche", cet hémisphère est plus spécialisé sur la gestion du temps, le langage, le calcul, la pensée analytique, le savoir-faire, les procédures. Le "cerveau droit" lui voit les choses globalement, il gère l'espace (intelligence du corps), communique en symboles, formes, il est analogique, excellent dans la synthèse des éléments, créé des liens entre les informations....

L'Hypno coaching est la voie royale pour optimiser la totalité de vos possibilités et gagner en Conscience de vous-même.

L'hypno-coaching se place dans une dynamique de construction et d'amélioration. C'est l'accompagnement vers la performance, votre performance.

Le thérapeute-coach accompagne le sujet à partir des besoins qu'il identifie avec lui vers son objectif : développer son potentiel et son savoir-faire et en ses possibilités inconscientes.

L'hypno coaching est une pratique dans laquelle le coaching classique et l'hypnose sont utilisés pour permettre un accompagnement psychologique. Axé sur les approches du développement personnel (la connaissance de soi, la confiance en soi).

L'hypno coaching a pour but de développer des potentiels, des bases de solidité pour le client. Il intervient également sur le comportemental et la gestion émotionnelle.

Cette pratique de l'hypnose repose essentiellement sur une grande question : « Comment arriver à se faire plaisir en allant de l'avant ? », et « Comment mobiliser un potentiel à un moment précis pour générer de la



performance ? » Autrement dit : comment mettre toutes les chances de son côté quand on se lance dans de nouveaux projets ?

### **Comment se déroule une séance d'hypno coaching ?**

Tout d'abord, il est utile de déterminer des objectifs avec le coach en se posant les bonnes questions. Quels sont les buts à atteindre ? Quels sont les freins ? Pourquoi vouloir agir maintenant ?

La consultation se veut dynamique avec un échange constant, mais toujours avec « un temps libre pour laisser place à l'expression, qui favorise la créativité, le développement et l'épanouissement du client. »

### **Quels sont les bienfaits de l'hypno coaching ?**

Plusieurs séances sont souvent nécessaires pour que les effets de l'hypno coaching se fassent réellement sentir. Il permet notamment d'avoir une meilleure connaissance de soi et une plus grande confiance en ce que nous sommes. Cette pratique permet également de mieux distinguer ses émotions et d'avoir un meilleur discernement des enjeux.

L'hypno coaching permet de redonner du sens à l'action en prenant en considération valeurs et cohérence de réalisation. « Réduire le décalage entre sa manière de penser et d'agir », tel est l'un des principaux objectifs de l'hypno coaching

Montrer l'imprévisible et bousculer son patient pour qu'il entende raison, alors que le coach, dans la pratique de l'hypno coaching, annonce à l'avance ce qu'il pense mettre en place comme stratégie de progression tout en restant ouvert au questionnement de son client. Il sera juste là pour accompagner son client et pour explorer avec lui des options éventuellement envisageables.





**CHRISTIAN GAUTHIER**

CONSEIL - COACHING - HYPNOSE ✨

**Contact pour connaître les démarches à suivre et le rythme des séances.**

*« Votre engagement est le notre, pour réussir ensemble et bénéficier pleinement de ce programme »*

**Références Sogeti HT Toulouse :**

**Madame Corinne Dupin DRH**

**Madame Caroline MARTINS-PETITJEAN**

Vice President - Market Unit Manager System, Simulation, Software Engineering & Testing

Phone +33 (0) 5 34 46 93 05 | Mobile +33 (0) 6 77 48 87 05

[caroline.martins@sogeti.com](mailto:caroline.martins@sogeti.com)

Aéropark - 3 chemin de Laporte | 31000 Toulouse | France





**Christian Gauthier**

*« Mes 30 années d'expérience au sein de grands groupes internationaux informatique, me permettent d'accompagner efficacement les équipes de management et commerciales à l'amélioration de leurs performances et au changement. »*

### **Mes domaines de compétences**

**Coach d'entreprise, individuel ou en groupe.** Je me passionne depuis plusieurs années sur la cohésion des équipes, le leadership et le coaching efficace des commerciaux.

**L'hypno-coaching,** rassemble comme son nom l'indique, les outils du coaching et de l'hypnose. L'utilisation conjointe de ces outils très performants dans le cadre d'un travail de suivi personnalisé, permet à la fois de dynamiser le processus de changement et d'en consolider rapidement les résultats.

**L'hypnose thérapeutique,** à ce jour Maître Praticien, j'exerce au sein de plusieurs cabinets.



## Mes diplômes

- **DESU** « Etudes Supérieures de Coaching et des Métiers du changement » de l'Université Paul Cézanne d'Aix en Provence ».
- **SUP de CO** - Ecole Supérieures de Commerce de Grenoble, G.E.M. (Grenoble École de Management) ∴
- **Maitre Praticien en Hypnose Ericksonienne.** IFHE & DEVISME
- **Praticien hypnose intégrative / flash** ®. IEHI Institut Européen d'hypnose intégrative.
- **Certified Hypnotherapist of National Guild of Hypnotists**

Christian Gauthier

Tel : 06 24 60 90 12

Mail : [contact@cgauthier.fr](mailto:contact@cgauthier.fr)

Site : [www.conseilcoachinghypnose.com](http://www.conseilcoachinghypnose.com)



## Quelques Références Clients

