



☀ CHAMPS THÉORIQUES

- ☉ La Gestalt
- ☉ Le clean language
- ☉ Les approches narratives
- ☉ L'analyse transactionnelle
- ☉ Le yoga
- ☉ La philosophie

☀ CHAMPS D'INTERVENTION

- ☉ **Accueil et gestion des émotions/du stress**
- ☉ **Identification et libération des potentiels**
- ☉ **Accompagnement du changement**
prise de poste, transition professionnelle, stratégie de développement de carrière, bilan d'orientation (lycéens /étudiants)...
- ☉ **Accompagnement de projets**
mutation, prise d'envergure, faire émerger de nouvelles perspectives...
- ☉ **Accompagnement d'équipes en difficulté :**
recherche de performance, recherche de nouvelles synergies / organisations des ressources, gestion de conflits...

N'hésitez pas à prendre contact avec moi pour que nous discutons de vos projets !

Qui suis-je ?

Directrice de la communication de l'Olympic Nantes, Stereolux et Scopitone pendant 15 ans, je travaille aujourd'hui pour le festival nantais Paco Tyson en tant qu'attachée de presse et accompagne différentes structures dans leur problématiques stratégiques et opérationnelles.
Parallèlement, je suis responsable des partenariats d'une école d'arts appliqués (Lisaa Nantes) où j'enseigne également (conception-rédaction, communication et marketing, suivi de projet professionnel, management...) et suis coach professionnel depuis juillet 2018 (diplômée de l'UCO d'Angers).



Marieke Rabouin
57 rue du Port Boyer 44300 Nantes
T. 06 21 85 32 35
lapetitemecanique@gmail.com
www.lapetitemecanique.net

Devis et tarifs sur demande
Siret : 84305244000016

la petite mécanique

Accompagnement de personnes
de projets & de changements

Coaching en développement professionnel & personnel_

_Un de vos collaborateurs semble en difficulté ? Il gère mal le stress ou ne parvient pas à s'exprimer en public ?

_Votre équipe est en situation de blocage et vos projets n'avancent pas assez vite ?

_Vous rencontrez des tensions relationnelles dans le cadre de votre fonction ?

_Vous appréhendez votre future prise de poste ou souhaitez accompagner un de vos collaborateurs dans sa progression professionnelle ?

_Vous lancez une nouvelle activité et avez besoin de ré-organiser vos équipes ?

La Petite Mécanique

La Petite Mécanique met en œuvre sa logique de petits pas - qui permet souvent d'accomplir de grandes choses - pour accompagner, développer, transformer vos projets ; qu'ils soient individuels ou collectifs.

Après quinze années passées à la direction de la communication / marketing de structures culturelles nantaises d'envergure, pilotant des services pluridisciplinaires et des projets transversaux, j'ai développé une appétence pour l'accompagnement de mes collaborateurs, la délégation bienveillante et le design thinking.

Ce chemin m'a naturellement mené à suivre le D.U « coaching professionnel, pratiques de l'accompagnement » de l'UCO d'Angers.

Cette formation, ajoutée à mes expériences professionnelles, m'ont permis de développer une forte capacité d'écoute et d'accompagnement de projets professionnels.

Un coaching, c'est quoi ?

Un coaching, c'est un voyage qui mène d'un état actuel à un état désiré.

Il ne s'agit pas de savoir pourquoi il y a un « problème » - ce plus ou moins petit quelque-chose qui vous gratte, vous agace ou vous bloque complètement - mais comment il est possible de le dépasser.

Le coach, par un certain art de poser des questions, vous donne accès à vos ressources pour surmonter vos accidents de parcours, pour réunir les conditions de la réussite et mettre en place des solutions adaptées.

Un coaching, c'est un processus de co-construction qui nous reconnecte à nous-mêmes et nous amène à déchiffrer nos fonctionnements, nos valeurs, nos croyances.

Cette lecture nouvelle dessine des perspectives insoupçonnées et ouvre souvent la voie du changement.

Un coaching c'est comment ?

Ancrées sur la relation coach / coaché, les séances se suivent et ne se ressemblent pas. Elles n'obéissent à aucun protocole pré-établi. Elles ouvrent grand la porte à ce qui doit se passer « ICI ET MAINTENANT », en fonction des besoins de la /des personne(s) accompagnée(s) le jour de la séance.

En général, un coaching se déroule sur une dizaine de séances.

★ LA RENCONTRE

Nos premiers échanges permettront de formuler votre demande. Elle sera positive, accessible et mesurable.

★ LES SÉANCES

Au nombre de 7 à 9, elles durent 1h30 environ et ont lieu tous les 15 jours.

Nos échanges, principalement verbaux, seront parfois facilités par l'utilisation d'outils puisés dans différentes pratiques.

Vous agissez dans un espace sécurisé, de liberté et de confidentialité qui permet de libérer vos potentiels et votre créativité.

★ LA DERNIÈRE SÉANCE

Temps indispensable pour faire un point sur le chemin parcouru.