



psy-stress.fr



## e-coaching professionnel psychodynamique

- ▶ **Vous souhaitez une solution pour réussir**
- ▶ **Vous désirez gagner en performance**
- ▶ **Vous voulez faire face à une situation stressante**
- ▶ **Vous cherchez à sortir de votre solitude**

**A votre service**

**Pour vous, vos proches, vos collaborateurs**

## Qu'est-ce que le e-coaching professionnel – psychodynamique ?

Un accompagnement professionnel en ligne (entretien vidéo – Skype) pour trouver sa propre solution par un questionnement expert extérieur.

Des techniques de questionnement basées sur la maïeutique et la psychodynamique qui permettent de trouver du sens et une solution au problème posé pour atteindre l'objectif désiré (les services proposés ne sont pas d'ordre médical ou thérapeutique).

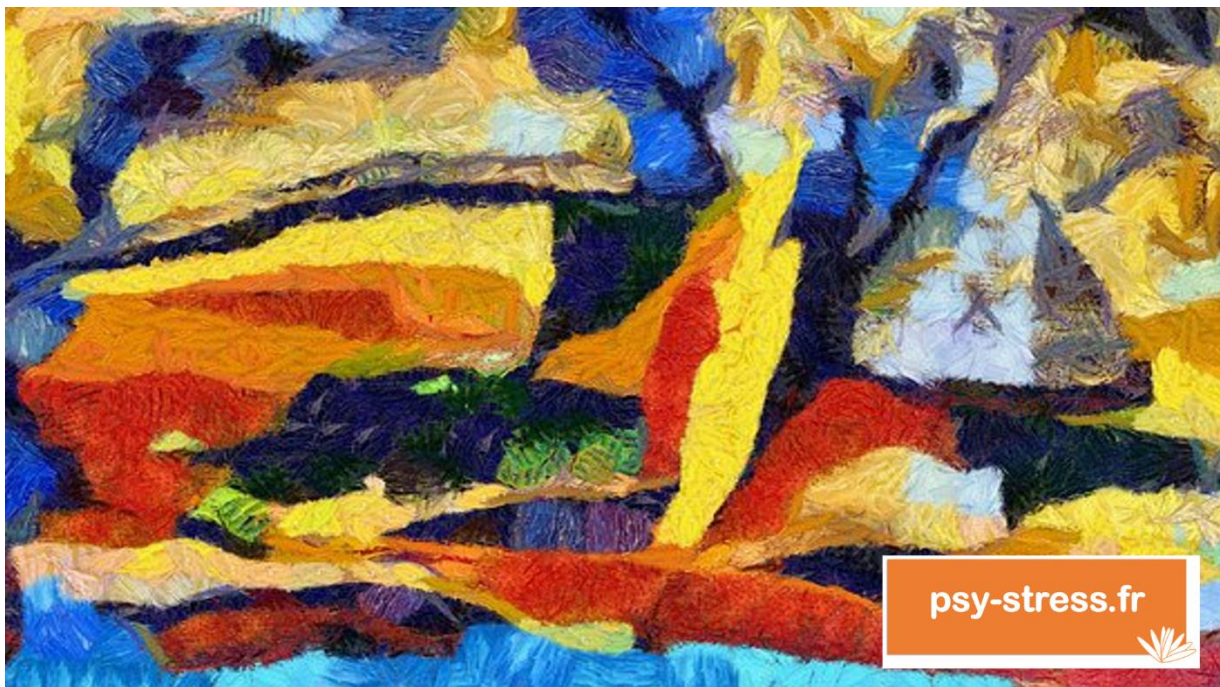
## La psychodynamique, c'est quoi ?

Une approche dynamique et analytique utilisée pour la conduite du changement, pour analyser son rapport au travail et retrouver du sens.

Elle met en lien votre passé, votre présent et votre vision de l'avenir.

Son efficacité est scientifiquement prouvée (cf. Article : The efficacy of psychodynamic psychotherapy - Jonathan Shedler - The American Psychologist - 2010).

Ce cheminement intérieur facilite votre congruence, votre assertivité et vous permet de retrouver votre ligne de force.



## Pour Qui ? Vous, vos proches, vos collaborateurs

Pour toute personne, n'importe où dans le monde désirant :

- Sortir de son isolement
- Être ou redevenir acteur de sa vie professionnelle
- Parvenir à un résultat souhaité
- Maîtriser son stress avec plus de confort
- Gagner du temps
- Bénéficier d'une aide à la décision via un partenaire fiable et discret

## Quels sont les points forts du e-coaching professionnel – psychodynamique ?

- Sortir de son cadre de pensée habituel en se posant de nouvelles questions, en explorant de nouvelles perspectives et en cherchant ses propres solutions avec un partenaire de confiance.
- Prendre conscience de son mode de fonctionnement, identifier ses ressources et les mobiliser pour réussir.
- Supprimer les contraintes de transport, gagner en réactivité, réduire les coûts.
- Bénéficier du même service où que vous soyez dans le monde.

## Pourquoi faire ?

- Définir, atteindre un objectif et innover sa vie professionnelle
- Gérer son stress et prévenir un Burn out
- Prendre la meilleure décision
- Sortir de sa solitude professionnelle
- Analyser et se questionner sur sa relation au travail
- Faciliter sa transition et sa reconversion
- Développer son potentiel carrière et rebondir
- Faire face aux Conflits et crises professionnelles
- Prévenir les risques psychosociaux
- Faire face à un harcèlement moral
- Développer sa résilience
- Retrouver plaisir au travail et son désir de projets
- Reprendre un équilibre vie professionnelle – vie privée
- Réussir sa prise de poste

## Comment cela fonctionne ?

- **L'accompagnement se déroule en ligne**, du lieu de votre choix, par Skype et après avoir pris rendez-vous ensemble lors d'un **premier rendez-vous gratuit**.
- **La séance dure 55 minutes** ou à définir selon votre besoin.
- **L'espacement entre les séances est soit hebdomadaire soit à votre demande**.
- **Cet accompagnement est ponctuel ou sur du long terme** pour répondre aux questions qui vous préoccupent et qu'il est difficile de partager avec ses proches, ses collègues et sa hiérarchie.
- **Le e-coaching professionnel peut être complété** par des séances dans nos bureaux ou sur le lieu de votre choix (en France ou à l'étranger) avec un service sur mesure.
- **Le service garanti la confidentialité des échanges et le cadre déontologique de la prestation ( voir les conditions générales de vente).**
- **Les tarifs à partir de 100 euros TTC la séance de 55 minutes et les conditions générales de vente sont disponibles sur le site [www.inovman.com](http://www.inovman.com)**
- **Le règlement s'effectue au préalable** par carte bancaire via le service PayPal ou par virement bancaire.

## Principes déontologiques ?

- L'écoute de vos préoccupations et besoins
- La confidentialité de nos échanges
- Le respect et une relation de confiance
- La bienveillance
- Le non-jugement

## Références ?

► + de 25 ans d'expérience professionnelle dans l'accompagnement et la conduite du changement

► Diplômé & certifié en coaching professionnel et des organisations  
HEC Paris en partenariat avec University OXFORD – Consulting and Coaching for Change CCC

Expertise en coaching professionnel et conseil

Expertise en gestion de crise individuelle & collective

Gestion de plus d'une centaine de conflits sociaux & Accompagnement de Dirigeants + de 10 ans de travail d'analyse et de développement personnel

► Praticien en Psychodynamique – référencé Psycho-Ressources – Psychanalyste

**Le 1<sup>er</sup> entretien vidéo est gratuit pour faire connaissance**

Jean-Michel FUZAT CEO  
INOVMAN SAS  
[contact@inovman.com](mailto:contact@inovman.com)  
[www.inovman.com](http://www.inovman.com)  
Tél : 06.87.11.25.30

INOVMAN .com™

[www.ecoaching.website](http://www.ecoaching.website)  
[www.psy-stress.fr](http://www.psy-stress.fr)  
[www.psychodynamique.com](http://www.psychodynamique.com)

