

POURQUOI PREVENIR LES RPS et EN QUOI L'APP EST LA SOLUTION ?

Toutes les entreprises doivent prendre en compte la santé mentale de leurs travailleurs

Art. L. 4121-1 L.4121-2
du code du Travail (2012)

L'APP présente de nombreux avantages pour les professionnels, tant au niveau individuel que collectif :

1. Prise de recul et de distance des participants face aux situations quotidiennes, et analyse de manière plus objective.
2. Emergence de solutions et méthodes de travail grâce aux échanges d'expériences et point de vue.
3. Développement de compétences relationnelles par la gestion de conflits, la communication non violente, et la gestion des émotions
4. Renforcement de la cohésion d'équipe par le partage de situations précises
5. Prévention des risques psychosociaux par l'identification et le partage de difficultés rencontrées
6. Valorisation de l'expérience par le partage de parcours et expériences professionnels

QUI SUIS JE ?

Je suis Coache professionnelle,
sensible au mieux vivre en
milieu professionnel pour
permettre à tous d'être acteur
dans son travail

J'ai complété mon ADN
professionnel par de l'hypnose
et de la psychologie positive afin
de proposer des actions
complètes

Certifiée RNCP Coaching professionnel
Coaching de vie
Coaching collectif

Certifiée Maître praticienne en Hypnose
Certifiée praticienne en Reiki
Formée à la psychologie positive
Formée à l'animation d'ateliers MAAC
(Micro Actions Altruistes Créatives)



ATYPICOACHE

COACHING PROFESSIONNEL
FORMATIONS
APP
HYPNOTHERAPIE

Isabelle



CADEAU-REGOUIN

THEMATIQUES DE L'APP

Les thématiques de l'APP peuvent varier en fonction du contexte professionnel, mais certaines reviennent fréquemment :

1. **Gestion des émotions** : Comment les émotions influencent les décisions et les relations professionnelles.
2. **Relation avec les usagers (clients, patients, bénéficiaires, etc.)** : Analyser les interactions et améliorer la qualité du service.
3. **Gestion des conflits** : Comment mieux gérer les tensions au sein de l'équipe ou avec des usagers.
4. **Déontologie et Ethique** : Réflexion sur des dilemmes éthiques rencontrés dans le cadre de la pratique professionnelle.
5. **Qualité de la communication** : Analyser les échanges avec les collègues ou les partenaires pour améliorer la fluidité, la résilience et l'efficacité.
6. **Prise de décision** : Explorer les difficultés liées à la prise de décision en situation complexe ou d'urgence.
7. **Charge de travail et organisation** : Identifier des leviers pour mieux organiser son temps, déléguer et gérer le stress lié à la surcharge temps,
8. **Bien-être et prévention du burn-out** : Analyser les facteurs de risque et mettre en place des stratégies de prévention.

L'APP PAR UN COACH

Faire appel à un coach professionnel pour animer une séance d'APP présente plusieurs avantages :

1. **Neutralité** : Le coach n'est pas directement impliqué dans l'équipe, ce qui lui permet de maintenir une posture neutre et impartiale, facilitant ainsi des échanges authentiques et sans jugement.
2. **Encadrement professionnel** : Le coach est formé pour animer des échanges et structurer les réflexions des participants. Il guide les discussions pour qu'elles soient constructives, tout en veillant à ce que chacun puisse s'exprimer librement et respectueusement.
3. **Méthodologie adaptée** : Le coach utilise des outils et techniques de coaching qui permettent de poser les bonnes questions, de favoriser la réflexion et l'analyse des situations sans se perdre dans des considérations trop personnelles.
4. **Développement personnel et professionnel** : Le coach peut non seulement aider à l'amélioration des pratiques, et aussi accompagner chaque participant dans son développement personnel en travaillant sur la gestion du stress, des émotions, ou encore la confiance en soi.
5. **Confidentialité** : Le cadre sécurisé et confidentiel proposé par le coach incite à l'ouverture et à la sincérité, permettant une réelle introspection et des échanges de qualité.

POUR QUI ?

L'APP peut s'appliquer à de nombreux secteurs professionnels, notamment ceux où l'humain est au cœur de l'activité. Les métiers concernés incluent :

1. **Secteur sanitaire et social** : Soignants (infirmiers, aides-soignants, médecins), éducateurs, travailleurs sociaux, psychologues.
2. **Secteur de l'éducation** : Enseignants, éducateurs spécialisés, directeurs d'établissements.
3. **Secteur du management** : Responsables d'équipes, cadres, managers, dirigeants.
4. **Secteur administratif et technique** : Tout service qui souhaite améliorer ses pratiques, prévenir le stress et renforcer la cohésion d'équipe.

Contactez-moi

07 62 78 62 10

isabelle@atypicoache.fr

www.atypicoache.fr

15 chemin des Grandes Loges
72230 ARNAGE