



• ACCOMPAGNEMENT INDIVIDUEL EN ENTREPRISE •



QUI SUIS-JE ?

Coach certifiée HEC Paris, Psychologue de formation, j'exerce depuis dix ans en libéral **une double activité de coach et de psychothérapeute**. J'accompagne des personnes à titre professionnel et/ou personnel.

Il s'agit de les aider à mieux se connaître, à mieux communiquer, à traverser les changements souhaités ou subis. **Mon approche est ancrée sur l'humain, l'écoute et l'efficacité.**

Avant de fonder mon activité, **j'ai exercé pendant 25 ans en entreprise**, dans des fonctions de management et de pilotage, au sein de secteurs variés (industrie, consulting, assurance, agriculture, formation).

Cette trajectoire m'a permis de **développer une lecture fine des dynamiques internes, des enjeux RH et du fonctionnement systémique des organisations.**

MES DOMAINES D'INTERVENTION

COACHING EN ENTREPRISE

Accompagner les **managers et managers de managers**, notamment dans le cadre de :

- **Leur prise de fonction** : clarifier son rôle managérial, asseoir sa posture, développer sa légitimité
- **Le développement de leurs compétences relationnelles et stratégiques** : mieux communiquer, gérer son équipe, s'intégrer à la culture de l'entreprise.
- **Le soutien à la prise de décision** : accompagner les arbitrages sensibles et gérer des situations complexes ou de tension
- **La prévention de l'épuisement professionnel** : soutenir durablement les managers exposés

PSYCHOTHÉRAPIE

Accompagner les personnes souhaitant :

- **Comprendre** et **apaiser** leurs mécanismes émotionnels qui freinent ou fragilisent.
- **Mieux traverser** les crises ou les transitions personnelles et professionnelles.
- **Se recentrer** sur leurs besoins profonds pour retrouver énergie et équilibre
- **Se reconverter et/ou évoluer professionnellement**
- **Identifier** et **travailler** sur les freins, les peurs dans la réalisation de projets, la prise de décisions, ...

UNE DOUBLE COMPÉTENCE POUR UNE DOUBLE APPROCHE

Parce qu'il ne peut y avoir de **transformation professionnelle durable** sans compréhension et mobilisation de la dimension personnelle.

Parce que **nos émotions, nos blocages et nos aspirations font partie intégrante de notre vécu** au quotidien. Dans le milieu professionnel, **ces éléments conditionnent notre manière de communiquer, de prendre des décisions, de gérer le stress** ainsi que notre capacité à collaborer efficacement.

CONTACT

07 81 15 40 30
contact@constancegot-coach.fr
<https://constancegot-psy.fr/>

6 rue Jean-Jacques Rousseau
79000 NIORT