



... me faciliter la vie, résoudre des problèmes, développer mon potentiel et mes talents, mieux me connaître, prendre du recul...

Être coaché

Jenn Formation

Diplômée en Psychologie du Travail depuis 1998, consultante certifiée en bilan de compétences, je vous aide à vous sentir mieux dans votre quotidien de travail, à prendre du recul et à analyser vos expériences, votre vécu et vos émotions.

Pour que vous retrouviez une connexion avec vos aspirations personnelles et professionnelles.

Jenn formation a été créé en 2016 et est certifiée QUALIOPF depuis décembre 2020 au titre des catégories d'action suivante : Action de Formation (depuis décembre 2020), Bilan de Compétences (depuis février 2025).

Je mets tout en œuvre (écoute, techniques, tests, outils, analyses, ludopédagogie) pour vous accompagner.

Me contacter

Laetitia Jenn
Dirigeante, formatrice et coach
laetitia@jennformation.fr
06 01 75 48 03

Coaching professionnel

Quels atouts ?

Le coaching professionnel est un processus d'accompagnement des personnes ou des équipes visant à développer leurs potentiels et talents dans le cadre d'objectifs fixés.

Le coach vous invite à améliorer vos performances, faire émerger vos ressources, générer du changement et vous y accompagner. Il ne fait pas à votre place, il vous guide et vous conseille.

Quels objectifs ?

- Soutenir votre croissance et votre évolution dans votre activité et votre parcours professionnel ;
- Progresser dans votre carrière ;
- Améliorer vos compétences techniques et comportementales (ex. : communication, leadership, gestion du temps, résolution de conflits...) ;
- Résoudre vos problèmes professionnels ;
- Développer votre confiance en soi ;
- Renforcer votre motivation ;
- Encourager votre autonomie et vos responsabilités ;
- Explorer de nouvelles perspectives.

Quelle typologie ?

- Coaching de carrière
 - Processus d'accompagnement individuel ou collectif visant à aider les personnes à développer leurs capacités et leurs talents, clarifier leurs attentes, prendre des décisions
 - Séances : évaluations des aptitudes, exercices de développement personnel, stratégies de recherche d'emploi, conseils en matière de gestion du temps, de l'énergie, et pour négocier et communiquer avec les employeurs et les équipes
- Coaching d'équipe
 - Méthode d'accompagnement collectif qui vise à aider un groupe de collaborateurs à travailler ensemble de manière efficace et harmonieuse pour atteindre des aspirations communes
 - Séances : jeux de rôle, sessions de brainstorming, évaluations de l'efficacité du collectif, sessions de résolution de problèmes, stratégies pour améliorer les performances du groupe
- Coaching scolaire et d'études
 - Technique de tutorat personnalisé visant à aider les étudiants à développer leur potentiel et à améliorer leurs performances académiques
 - Séances : travail autour de la procrastination, du manque de concentration, de l'anxiété, du stress des examens, des problèmes de méthodologie ou d'organisation

- Coaching de leadership
 - Accompagnement destiné à aider les dirigeants, cadres et managers à développer leurs aptitudes en matière de gouvernance et à atteindre leurs buts professionnels
 - Séances : travail autour de la résolution de problèmes, de la prise de décision, de la gestion des conflits, de la planification stratégique et de la gestion du changement
- Coaching de vie
 - Méthode de suivi individuel qui vise à aider les individus à atteindre leurs objectifs personnels, professionnels ou relationnels en travaillant sur leur développement personnel
 - Séances : travail autour de la confiance en soi, de la prise de décision, de la gestion du stress, du temps, ou des émotions, des relations interpersonnelles, de la recherche d'un équilibre vie professionnelle/vie privée

Quelles compétences du coach ?

- Écoute active, questionnement
- Création d'un environnement bienveillant et sans jugement
- Réception des besoins, attentes, émotions
- Analyse de situation, identification des leviers et obstacles
- Maîtrise des techniques et outils d'accompagnement
- Mise en action, cocréation de plans d'action
- Développement de la créativité
- Veille active (nouvelles connaissances et pratiques)

Quel process et outils ?



Échange sur votre situation, les enjeux et problématiques



Connaissance de soi et connaissance des autres



Découverte et valorisation de vos atouts et potentiels



Clés pour améliorer votre situation, plan d'action



Retour sur la mise en œuvre des actions et suivi



Synthèse et, le cas échéant, formation ou VAE

Ma valeur ajoutée ? La ludopédagogie !

Spécialiste de l'apprentissage, formée aux techniques ludiques et créatives, j'utilise des jeux dans un but de réflexion, d'analyse ou de positionnement. **Car oui, d'une personne à une autre, les manières d'apprendre et de raisonner sont différentes.** Ainsi, je m'adapte à votre personnalité et à votre fonctionnement, diversifie les activités et à fais appel à différentes zones de votre cerveau, pour plus d'efficacité et une concentration facilitée.

Toutefois, aucune obligation ! Je propose, vous disposez !



Documents de réflexion



Fiches, grilles, matrices



Tests, analyses, positionnements



Clés, conseils, techniques, outils



Options, chemins, projections



J'ai envie de ...



Bilans de compétences

Bilans d'orientation

Coaching

Écriture créative – écrivain public

Formations

Validation des Acquis de l'Expérience

En savoir plus

<https://www.jennformation.fr/coaching/>

<https://www.jennformation.fr/>

<http://www.linkedin.com/in/jennformation>

Me contacter

Laetitia Jenn

Accompagnatrice, coach et formatrice

laetitia@jennformation.fr

06 01 75 48 03