

# Consultante indépendante en communication relationnelle

Formatrice indépendante depuis quinze ans dans différents entreprises et centres de formation, ma spécificité est d'avoir une expérience professionnelle diversifiée, parallèlement à une formation aux relations humaines.

Golfeuse et consultante, mes séminaires s'inspirent des techniques et des outils utilisés dans la pratique du golf et du coaching. Il n'est pas utile d'être golfeur....

Les méthodes sont applicables dans l'exercice quotidien de son métier.

Mon but est d'apporter au-delà des techniques, une réflexion, tout en stimulant la créativité de chacun, pour (re)trouver humour et plaisir de travailler, et donc optimiser son potentiel.

Je conçois la formation comme un moment de pause, laissant du temps à un enrichissement mutuel. Ceci permet à chacun de reprendre des forces vives de motivation, d'efficacité et d'enthousiasme pour un retour constructif à la vie professionnelle.

## MA VALEUR AJOUTEE

J'accompagne les personnes, à leur rythme, au sein du groupe de formation ou individuellement  
o pour trouver ou retrouver la motivation et l'enthousiasme au quotidien  
o optimiser leur efficacité professionnelle dans leur mission  
o appliquer la véritable autonomie et responsabilisation de leurs actes  
o préciser leurs valeurs essentielles

J'utilise les outils originaux et concrets de la méthode Espère de J. SALOME. J'ai réunis mes 2 passions : le golf et l'être humain.

## LES RESULTATS

Les évaluations des participants font ressortir :

- v Efficacité professionnelle et personnelle augmentée
- v Amélioration de la confiance en soi
- v Remotivation grâce à l'appropriation des méthodes et outils
- v Apprentissage dans le plaisir
- v Découverte et/ou optimisation de ses propres capacités
- v Liberté de s'exprimer sur ses difficultés
- v Remise en cause et changement comportemental

## Expérience professionnelle

---

Depuis  
Janvier 1987

### Consultante formatrice en communication relationnelle COGEFOR

**Mission :** J'ai développé un concept de formation qui s'appuie à la fois sur les outils et techniques du golf et ceux de la communication relationnelle pour :  
Développer le savoir-être relationnel au sein de l'entreprise  
Accompagner dans le changement  
Optimiser les comportements  
Aider les participants à mieux se connaître, bien se manager  
Permettre d'évoluer dans son poste, métier, être à l'aise dans sa fonction etc...

**Moyens :** Mise en situation ludiques (magnétophone et vidéo)  
Exposés théoriques et nombreux échanges  
Exercices pratiques issus du golf et jeux de rôle  
Tests avec objectifs personnels  
Utilisation du photolangage, cartes, jeux...  
Postures de coaching

## Diplômes et formations

---

Janvier 1987  
Janvier 2008

### **COGEFOR**

BTS Assistante Direction trilingue  
Formation Assistante de formation  
Formation de Formateur  
Formation à la méthode de communication de J. Salomé

**Spécialisation** : Communication relationnelle

## Compétences en informatique

---

### **Logiciels**

WORD- POWERPOINT  
OUTLOOK

## Maîtrise linguistique

---

### **Anglais**

**Niveau oral** : Courant, **Niveau écrit** : Courant

## Divers

---

### **Golf - gymnastique - natation- technique vocale - reiki - voyages**

Golf : licenciée aux Clubs de St Germain et de Dieppe (compétitions)  
Gymnastique (adhésion à un club depuis 20 ans)