



# Découvrez l'entraînement comportemental

Votre contact : Odile Joussellin  
Tél. : 06 87 59 28 36  
Mail : [odile.joussellin@coeffy.fr](mailto:odile.jousse<span>l</span>lin@coeffy.fr)

# CO'EFFY ENTRAÎNEMENT

Une technique qui vient d'Australie, développé initialement dans le cadre de la prise de parole en public : **s'entraîner à faire en se projetant dans la situation à venir.**

Comme les sportifs, vous vous entraînez grâce à :

- des répétitions de mise en situation réelle, seul ou en groupe de pairs
- des exercices s'appuyant sur les dimensions physique, émotionnelle et mentale,
- des outils et techniques adaptés à vos besoins et au suivi individualisé de votre entraîneur

**La différence avec un jeu de rôle** est que le coach pousse l'entraînement de la personne dans son propre rôle, et sa situation. La séance se déroule en 3 séquences d'entraînement répétitifs, basées sur un feedback du coach, permettant les rajustements et répétition d'entraînement.

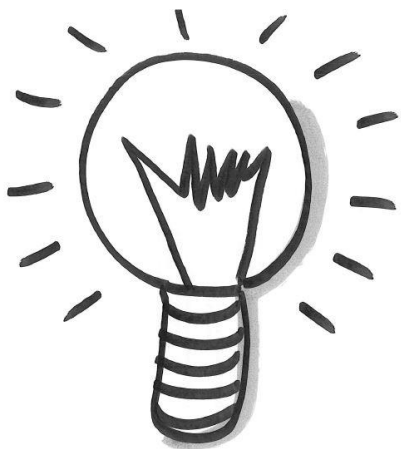
On s'attache à la dimension comportementale dont notamment la dimension physique, le non verbal



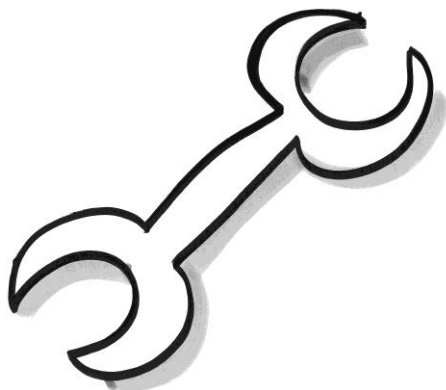
## CO'EFFY RESULTATS

En vous appuyant sur vos talents et développant votre savoir agir, vous gagnez en efficience et vous générez un impact positif et performant

# Exemples de thématiques à traiter



- **Efficacité personnelle et relationnelle**
  - Développer une écoute active
  - S'affirmer devant un client
  - Savoir dire NON – S'affirmer
  - Parler en public
  - Faire une demande
  - Passer un message
  - ...
- **Management et animation d'équipe**
  - Poser un cadre
  - Animer une réunion
  - Avoir une communication impactante à distance (visio)
  - Passer des consignes claires
  - Recadrer un collaborateur
  - Motiver ses collaborateurs
  - ...
- Etc. : de nombreuses situations professionnelles permettent d'être adressées grâce à l'entraînement comportemental.



- **En individuel**

- 1 séance de **2 heures** composée de 3 séquences répétitives
- Prévoir un suivi de **30mn environ 1 mois après** pour s'assurer du changement de comportement

## **En collectif**

- **1 journée** pour 6 personnes sur une thématique commune
- **AVANT** : Prévoir 30mn / personne pour préciser le besoin de chacun
- **APRES** environ 1 mois plus tard : Prévoir 30mn / personne pour s'assurer du changement de comportement

# Présentation de l'intervenante



**Nathalie Jeuffroy**

**Facilitatrice, coach professionnel certifiée, entraîneur comportemental**

**Plus de 18 ans dans l'industrie à des postes de consultante et de manager** ont permis à Nathalie d'appréhender les clés pour **faire grandir ses équipes** au travers de projets :

- de **conseil en performance industrielle**,
- **amélioration de fonctionnement d'équipe** (diagnostic, animation de groupes de travail et séminaires, conduite du changement, formation, aide au recrutement...)
- sous-traitance opérationnelle en **management de projet** (chef de projet, planification),
- pilotage de projets de **transformation de l'organisation** et d'**amélioration de la performance**

Attirée de plus en plus vers le développement des Hommes et des équipes, conquise par la puissance de **l'entraînement comportemental**, elle s'est formée en 2017 et depuis **entraîne chacun à développer son savoir-agir individuellement et en groupe**.

Curieuse et ouverte, elle a puisé dans différentes sources d'inspiration (Méthodes Agiles, Management 3.0, Sociocratie, Théâtre, Braingym...) pour **créer les conditions du progrès de chacun**.

Elle est également **certifiée Coach & Team** et accompagne les équipes et équipes de direction collectivement lors de team building ou animation de séminaires. Un de ses grands plaisirs est **la conception et l'animation d'ateliers ludiques et apprenants**.

**Références en entraînement** : Programme ambition PME (pitch investisseur) ; entraînement de chefs de projets pour la SAMSE, Hardis Group, Volvo, entraînement de vendeurs pour Décathlon et de contrôleurs pour OuiGo

📞 06 88 69 06 22  
nathalie.jeuffroy@coeffy.fr



[www.coeffy.fr](http://www.coeffy.fr)

[hello@coeffy.fr](mailto:hello@coeffy.fr)