



# Coaching

” Chez pdp, le coaching se concentre sur la génération de nouvelles possibilités et de nouvelles perspectives au travers d’un travail aussi bien cognitif que somatique. Il vise à aider les individus à agrandir leur champ des possibles, à élargir leur vision et à développer leur potentiel. L’objectif principal est de permettre aux personnes coachées d’explorer de nouvelles façons d’être, de penser, d’agir et de transformer leurs défis en opportunités. Il s’agit de dépasser les schémas habituels de fonctionnement pour favoriser la croissance personnelle.

Nous utilisons diverses techniques telles que la modélisation somatique, la visualisation, la métaphore, le questionnement itératif, le langage symbolique, le feedback à 360°, les mises en situation et les exercices de centrage pour aider les individus à accéder à leur propre créativité. ”



## Nos différents programmes de coaching

pdp propose des programmes de coaching sur mesure destinés à des professionnels de tous niveaux, qu'il s'agisse de dirigeants, managers, leaders en devenir, entrepreneurs, responsables de projets ou toute personne souhaitant améliorer son impact dans un environnement professionnel.

**Leadership coaching** : Rayonner par un leadership authentique et profondément inspirant

**Executive coaching** : Prendre de la hauteur pour orchestrer les enjeux clés de l'entreprise

**Generative coaching** : Libérer la créativité pour révéler la meilleure version de soi-même

**Shadow coaching** : Suivre le leader en action pour faire émerger ses leviers de développement

**Coaching postural** : Aligner son expression corporelle aux objectifs de communication

**Tandem coaching** : Inviter deux esprits à favoriser l'émergence d'une vision partagée

**Coaching d'équipe** : Encourager l'émergence du collectif à partir des forces individuelles

## Les bénéfices du coaching avec pdp

- **Accéder** à ses ressources et à son potentiel dormant
- **Développer** la profondeur de vision, prendre du recul et gagner en clarté
- **Asseoir** sa tranquillité émotionnelle en dehors de sa zone de confort
- **Passer** à l'action autrement
- **Atteindre** ses objectifs sereinement
- **Renforcer** l'estime de soi et la confiance en soi