



COSCIENZA Par Sabrina
MENTOR - COACH | CONSULTANTE

Sabrina Grossi

Mentor Coach en Développement Personnel et Bien-être
Consultante en Développement Humain

PLAQUETTE DE PRÉSENTATION | à destination du Public Professionnel

Agir sur le niveau de conscience des individus, par la connaissance et la compréhension de soi et des autres - pour impacter la transformation, la performance et le bien-être au travail

À PROPOS de Sabrina

Mentor-Coach en Développement Personnel et Consultante en Développement Humain, je me propose d'être votre Partenaire au service du bien-être et du développement de votre Ressource Humaine.

Grâce à mon ancienne casquette RH et ma casquette actuelle de Mentor Coach, je vous montre à quel point le développement personnel de vos individus est **fondamental pour leur performance et leur bien-être (entre autres)**.

Je suis présente aussi bien, auprès de particuliers dans la sphère privée - qu'auprès d'entreprises et écoles dans un objectif davantage professionnel.

(même si finalement, tout est extrêmement lié)

J'ai fondé **COSCIENZA**, mon entreprise, en 2024, à l'aube de mes 30 ans, en décidant enfin de suivre mon cœur et ma petite voix intérieure.



Cette aventure de l'entrepreneuriat prend naissance après 6 ans en tant que HR Partner au sein d'entreprises aux contextes challengeants.

J'ai eu l'opportunité d'accompagner environ 800 personnes... et donc 800 personnalités différentes, toutes plus challengeantes les unes que les autres, dans des environnements exigeants.

Quel bonheur ! ... Oui parce que l'Humain c'est vraiment mon truc. Je suis passionnée par la diversité, parfois complexité, mais surtout beauté de notre Être intérieur.

Mon cheminement ? Une situation de harcèlement moral au travail et je vis en parallèle une situation personnelle difficile, digne du "BigBang". Ce qui me propulse dans la sphère de la compréhension de soi par la voie du développement personnel.

C'est de cette façon que j'ai compris ce qui faisait réellement sens pour moi - le moteur qui me guide, au plus profond de moi.

Et c'est ainsi qu'aujourd'hui, je propose mon accompagnement en tant que Mentor-Coach & Consultante pour **impacter la transformation, la performance et le bien-être au travail de votre organisation; en cheminant par la conscience des individus.**

POUR *quoi*

Accompagner les entreprises, en leur donnant les moyens intrinsèques (*autonomie, compétence, sens, agilité,...*) et extrinsèques (*processus et politiques RH*) de faire face aux défis Humains actuels. Car, permettez-moi d'enfoncer des portes ouvertes : des personnes compétentes et "biens dans leurs baskets" ont un impact positif direct sur le fonctionnement et la performance de l'organisation



Défis Humains internes et externes

inclusion
motivation
santé mentale
éthique
égalité
IA
engagement
fidélisation
digitalisation
agilité
RSE
bien-être

Génération alpha
individualisme
Génération Z
sociétal
conflicts
VUCA
environnement
interactions
ère numérique
instantanéité
COVID
valeurs RSI



J'interviens pour vous proposer les solutions adaptées (*slide 4*) afin d'impacter directement la posture, la performance et le bien-être mental de LA Ressource Humaine de votre organisation.



Par l'activation de clés de succès comme la connaissance de soi, le mode de management, l'employabilité, l'évaluation du potentiel et des compétences, la gestion des émotions, le feedback, ...

UNE *mission*



La conscience de soi *clé du bien-être*

Je souhaite inspirer et impacter les êtres humains pour une prise de conscience individuelle et collective de notre Monde afin de propager sérénité et bien-être.
Cela est rendu possible par la compréhension et connaissance de soi, en grande partie.

PORTÉE PAR *des valeurs*



La liberté *clé d'actions authentiques*

Animée par la liberté d'être soi - la liberté de faire ses choix en adéquation avec ses propres besoins, hors des normes sociales - se libérer des croyances limitantes
pour agir authentiquement et impacter plus fortement



La résilience *clé de l'agilité*

Développer son courage et sa force intérieure pour être en mesure de faire face et rebondir à chaque transformation ou moment fort d'un parcours
en apportant du sens aux évènements

UN OBJECTIF UNIQUE :

Accompagner les individus par la connaissance et la compréhension de soi et des autres
Pour impacter durablement transformation, performance et bien-être de l'organisation.

COMMENT ? *les solutions proposées*

4 solutions d'accompagnement

1

RECRUTEMENT
&
ONBOARDING



Assess-Mentoring

individuel pour le collectif

2

DÉVELOPPEMENT INDIVIDUEL
&
BIEN-ÊTRE



Mento-Coaching

individuel

3

DÉVELOPPEMENT COLLECTIF
&
BIEN-ÊTRE



Co-Training

petits groupes

4

PRISE DE HAUTEUR
&
OUVERTURE COLLECTIVE



Conférences et interventions

groupes et assemblées

Assess-Mentoring

individuel pour le collectif

1

RECRUTEMENT
&
ONBOARDING



Une méthode innovante et puissante; factuelle, authentique, basée sur l'essence profonde de chaque individu et révélatrice de leur personnalité - utile à la compréhension de soi et des autres dans une dynamique professionnelle, comme personnelle.

FORMULE 1 : Réalisation du thème natal numérogique de vos nouvelles recrues pour appréhender de façon concrète la personnalité et les forces des individus (pendant la phase de sélection des candidat.es sous 48 H ou pendant la phase d'intégration) : guide PDF + restitution à l'entreprise et à l'individu

FORMULE 2 :

- **Réalisation du thème natal numérogique de vos nouvelles recrues** pour appréhender de façon concrète la personnalité et les forces des individus (pendant la phase de sélection des candidat.es sous 48 H ou pendant la phase d'intégration) : guide PDF + restitution à l'entreprise et à l'individu
- **Mise en correspondance avec les profils de l'équipe** que la nouvelle recrue intègre (avec restitution possible sous format atelier collectif de 2H30)

APPORTS HUMAINS & STRATÉGIQUES (pour l'organisation et les individus) :

- Efficience des recrutements - **adéquation aux besoins opérationnels et humains**
- **Compréhension des personnalités** et humanisation des rapports
- **Humanisation des processus RH**
- Impact sur le niveau de **conscience de soi** : compréhension et connaissance de soi - zones de forces, alignement avec ses propres besoins et son propre fonctionnement
- Efficience du processus d'on-boarding dans la **phase d'intégration au sein du collectif** : **compréhension de soi et des autres**
- Impact sur le niveau **d'engagement** et de **performances individuelles et donc collectives**

Pour en savoir plus, vous pouvez réserver votre appel gratuit en cliquant sur ce lien

Mento-coaching

individuel

2

DÉVELOPPEMENT INDIVIDUEL
&
BIEN-ÊTRE



Une approche innovante alliant mentoring coaching sur la base d'outils puissants, fondés sur l'essence profonde de chaque individu et révélateurs de leur personnalité - pour faire la différence et impacter durablement le développement de chacun.e et au service du bien-être mental.

FORMULE 1 : Réalisation du thème natal de l'individu pour appréhender de façon concrète la personnalité, les forces, les zones de blocages, les pistes d'ouverture, les aspirations profondes et activer des prises de conscience : guide PDF + partage lors d'une séance de 2 H

FORMULE 2 :

- **Accompagnement de l'individu dans une approche de mento-coaching** alliant outils traditionnels et outils innovants - autour des axes révélés par le thème natal pour ancrer les prises de conscience et se mettre en action : nombre de séances à définir (minimum 5)

APPORTS HUMAINS & STRATÉGIQUES (pour l'organisation et les individus) :

- Évolution de la **posture** (responsable, consciente, impactante, agile)
- **Libération** des émotions, des blocages et du mental - communiquer et mettre du sens sur les évènements, actions, besoins et ressentis
- Impact sur le niveau de **conscience de soi** : compréhension et connaissance de soi - zones de forces, alignement avec ses propres besoins et son propre fonctionnement
- **Mise en action** - pistes concrètes et apprentissages
- Impact sur le **bien-être mental** et donc sur les **RPS** et le facteur **motivation**
- Impact sur la capacité de **transformation** et **résilience**
- Impact sur le niveau d'**engagement** et de **performance individuelle et collective**

Pour en savoir plus, vous pouvez réserver votre appel gratuit en cliquant sur ce lien

Co-Training

petits groupes

3

DÉVELOPPEMENT COLLECTIF
&
BIEN-ÊTRE



Une approche collective innovante alliant mentoring coaching et training sur la base d'outils puissants; pour faire la différence et impacter durablement le développement des équipes et au service du bien-être mental.

FORMULE SUR MESURE : Construction d'ateliers selon le besoin du client (d'1h30 à plusieurs jours) - en mode participatif :

“Mieux se comprendre et interagir en équipe ou avec mes pairs”

“Développer la pratique du feedback”

“Développer la posture de Manager Coach”

Co-développement autour de problématiques amenées par les chacun.e

Pair-coaching

Animer un sujet RH ou d'organisation interne de votre choix

...

APPORTS HUMAINS & STRATÉGIQUES (pour l'organisation et les individus) :

- Développement des **compétences** sur un ou plusieurs sujets et de **l'employabilité**
- Développement de la **cohésion** et de **l'intelligence collective**
- **Libération** des émotions, des blocages et du mental - communiquer et mettre du sens sur les événements, actions, besoins et ressentis
- **Prise de recul** - capacité à intégrer différents points de vue
- **Mise en action** - pistes concrètes et apprentissages
- Impact sur le niveau de **conscience de soi** : connaissance de soi - zones de forces, alignement avec ses propres besoins et son propre fonctionnement
- Impact sur le **bien-être mental** et donc sur les **RPS** et le facteur **motivation**
- Émergence du **leadership** et d'**environnements désilotés**
- Impact sur la capacité de **transformation** et **résilience**
- Impact sur les **performances individuelles** et donc la **performance collective**

Pour en savoir plus, vous pouvez réserver votre appel gratuit en cliquant sur ce lien

Conférences et interventions

groupes et assemblées

4

PRISE DE HAUTEUR
&
OUVERTURE COLLECTIVE



Des interventions et prises de parole pour inspirer la conscience collective et individuelle, et impacter fortement vos équipes avec un évènement unique et mémorable.

FORMULE SUR MESURE : Conférences, séminaires, ateliers,... Construction du format et du contenu selon le besoin et la cible du client (d'1h30 à plusieurs jours) :

“La place du développement personnel dans la sphère professionnelle”

“L'impact de la connaissance de soi sur la performance individuelle”

“Le bonheur chez soi et en entreprise”

...

APPORTS HUMAINS & STRATÉGIQUES (pour l'organisation et les individus) :

- Cohésion et intelligence collective
- Ouverture individuelle et collective
- Leadership
- Prises de conscience
- Motivation et engagement
- Notoriété et marque employeur

Pour en savoir plus, vous pouvez réserver votre appel gratuit en cliquant sur ce lien

COMMENT ? *les outils*

UN PARTI PRIS

- faire la différence
- en accompagnant humains et organisations avec **audace**
- par l'association d'approches et **outils traditionnels et disruptifs**



POUR :

1

Se libérer

2

Se comprendre et se connaître

3

Se mettre en réflexion

4

Se mettre en action


Pour en savoir plus, vous pouvez réserver votre appel gratuit en cliquant sur ce lien

Sabrina Grossi



COSCIENZA Per Sabrina
MENTOR - COACH | CONSULTANTE

+ 33 6 99 93 26 59 

sabrina.grossi94@gmail.com 

 www.linkedin.com/in/sabrina-grossibonneau

 <https://sabrina-coscienza.com>