



ESTEAM

COACHING & FORMATION

Clarifier. Discerner. Agir.

ESTEAM COACHING & FORMATION · ELISE DEBORD

Accompagner les personnes et les organisations confrontées à la complexité humaine.

*Comprendre les mécanismes humains
au service de l'action.*

J'accompagne les personnes, les équipes et les organisations à mieux comprendre ce qui influence leurs choix, leurs comportements et leurs relations afin de leur permettre d'agir avec davantage de lucidité, de liberté et de cohérence.

Un parcours à la rencontre du terrain et de la réflexion

Mon parcours s'est construit à la croisée de deux univers. Le terrain, celui du travail concret, des responsabilités, des équipes et des décisions à prendre. La réflexion, la lecture, l'écriture, la philosophie, l'étude attentive des mécanismes humains. Ma pratique cherche aujourd'hui encore à relier ces deux dimensions, garder les pieds dans le réel sans renoncer à la profondeur.

QUELQUES REPÈRES

Coach certifiée Coach & Team · Analyse Transactionnelle · PNL · DISC & Ennéagramme · Philosophie & Lettres

LA SINGULARITÉ DE LA DÉMARCHÉ

L'Égosophie

*Une démarche de compréhension
de soi
orientée vers l'action.*

Pourquoi agissons-nous parfois à l'encontre de ce que nous pensons juste, utile ou important ? L'Égosophie est née de cette question.

Au fil des accompagnements, j'ai observé que nos difficultés trouvent rarement leur origine dans un simple manque de compétences. Elles prennent souvent racine dans des mécanismes plus discrets qui influencent nos choix, nos comportements et nos relations : habitudes de pensée, besoins de reconnaissance, peurs, conflits de valeurs ou manières d'interpréter la réalité.

L'Égosophie propose une démarche de compréhension de soi orientée vers l'action afin d'agir avec davantage de lucidité, de liberté et de cohérence.



Égosophie — Article publié dans Madame Figaro, sept. 2021.

Comprendre *pour mieux agir.*

Une même intention traverse mon travail : aider les personnes et les collectifs à mieux comprendre ce qui influence leurs choix, leurs comportements et leurs relations afin d'agir avec davantage de lucidité, de liberté et de cohérence. Cette démarche se décline à travers différentes modalités d'accompagnement complémentaires.

I Formation

Développer les compétences tout en favorisant la réflexion, l'appropriation et le passage à l'action.

II Coaching individuel

Prendre du recul, clarifier ses choix, renforcer sa posture et retrouver sa capacité d'action face à la complexité.

III Coaching d'équipe

Développer la coopération, la cohésion, l'intelligence collective et la qualité des relations.

IV Accompagnement CODIR

Créer les conditions d'un dialogue plus lucide, de décisions plus cohérentes et d'une vision mieux partagée.

V Réflexivité, Égosophie & discernement

Développer sa capacité à prendre du recul sur les situations vécues afin de mieux comprendre ce qui se joue, d'éclairer ses choix et d'agir avec davantage de lucidité, de liberté et de cohérence.

UN ENJEU CONTEMPORAIN

IA, discernement et transformations du travail.

L'intelligence artificielle transforme déjà nos manières de travailler, de communiquer, d'apprendre et de décider. Au-delà des outils, elle soulève des questions essentielles : jugement, responsabilité, qualité de la relation humaine, pensée critique. J'accompagne celles et ceux qui souhaitent développer des usages éclairés, responsables et réellement utiles, en interrogeant ce qu'elle transforme dans notre manière de penser et de travailler ensemble.

UNE APPROCHE FONDÉE SUR LA RELATION

Je n'apporte pas de recettes toutes faites.

Mon rôle consiste à créer les conditions qui permettent aux personnes et aux collectifs de mieux comprendre les mécanismes qui influencent leurs choix, leurs comportements et leurs relations afin d'agir avec davantage de lucidité, de liberté et de cohérence.

Les outils mobilisés sont au service de cette démarche et non l'inverse.



Certifié Qualiopi au titre
des actions de formation.



Découvrir le site

CONTACT

Elise Debord

ESTEAM Coaching & Formation

esteam.formation@gmail.com

06 66 63 08 59