



Ma philosophie

S'inspirer de votre nature,
Façonner votre futur



www.coachnchange.com

sophie.quintin
@coachnchange.com

+33 (0)6 64 31 95 20

Plus d'infos sur

 sophie-quintin-coachnchange

Avec 20 ans d'expérience en développement RH, en cabinet conseil et industrie automobile notamment, je vous accompagne dans vos transformations et projets d'avenir.



Petite histoire

Mon 1^{er} poste, à 23 ans, a été d'accompagner les personnes dans le cadre de Plans de Sauvegarde de l'Emploi. Plutôt jeune pour apprendre aux autres à chercher un job, j'ai décidé de poser des questions, plutôt que prétendre avoir les réponses. Ce principe ne m'a plus quittée.

A 28 ans, je rencontre le milieu automobile, peuplé de standards... Une révolution pour moi qui n'aimait ni les cases ni les étiquettes, j'ai appris grâce à un coaching (eh oui !) que je pouvais choisir mes combats sans renoncer à mon identité.

Nouveau job à 39 ans, je rencontre des cadres supérieurs sans poste, des seniors managers atteints de réunionite aigüe faute de pouvoir donner un sens à ce qu'ils font, des hommes et des femmes sous pression, seuls, oubliés malgré leurs compétences, mais aussi des talents qui frappent à la porte, des managers qui veulent bien faire mais croient qu'il est trop tard pour oser paraître incompetent et apprendre.

Ma 2^e vie a commencé à 41 ans, lorsque j'ai coaché mon 1^{er} client...



Mes domaines d'expertise

Leadership, Change & Stress au Travail.
Coaching & co-développement, accompagnement du changement & conseil RH, Animation formations & séminaires.



Coaching

Coaching de la personne, de la relation, d'équipe/organisation
Coaching de prise de poste, de carrière, de transition, d'orientation, de développement, de talent, de leader...



Outils & approches de prédilection

Communication Non Violente, Analyse systémique, co-développement, MBTI®, Process Com Model®, Elément Humain®, Théorie Organisationnelle de Berne, approche du trauma...



Ils ont dit...

Emma, en transition professionnelle : « J'avais toutes les clés, il suffisait de trouver la bonne. »

Jean-Louis, en rupture de communication avec son manager et ses pairs : « Vous m'avez réveillé. »

Françoise, en questionnement sur son développement de carrière : « Vous m'avez fait monter dans l'hélicoptère, j'ai pris du recul et je suis sereine. »