

**Des objectifs à atteindre ...  
Une problématique à résoudre...**

- >> Mieux se connaître
- >> Construire un projet
- >> Se reconvertir
- >> Choisir une orientation
- >> Comprendre une situation
- >> Préparer une transition de vie
- >> Prendre une décision
- >> Renforcer l'estime de soi
- >> Gérer son temps
- >> Gérer son stress
- >> Développer la confiance en soi
- >> Apprendre à dire non, à s'affirmer
- >> Comprendre un malaise
- >> Résoudre un crise familiale
- >> Améliorer sa communication
- >> Délivrer un conflit

**Mary GOHIN**  
5, rue Saint Alexandre  
69005 LYON

04 78 250 277  
06 42 686 383

[mary.gohin@gmail.com](mailto:mary.gohin@gmail.com)  
<http://www.coach-psy.fr>  
<http://www.psychologie-coaching.com>

SIRET : 511 767 402 00015

**Mary GOHIN**  
**Psychologue**

**Conduite du changement**  
**Gestion des situations**  
**04 78 250 277**  
**06 42 683 383**



**>> Spécialisée en Coaching**

## >> Démarche

◆ Le premier entretien est sans engagement. Il permet d'expliciter l'objectif à atteindre qui peut être la réalisation d'un projet ou une problématique à résoudre et d'appréhender la démarche proposée.

◆ Les séances suivantes se poursuivent selon le rythme défini en fonction des désirs et des contraintes. Ces séances permettent de cheminer vers l'objectif au moyen d'outils proposés.

◆ La démarche prend fin quand l'objectif est atteint, c'est-à-dire quand l'autonomie est sereinement acquise.

## Gestion de projets

### Orientation Reconversion

## >> Objectifs

- ◆ Atteinte du but recherché
- ◆ Maîtrise des ressources et des obstacles
- ◆ Développement personnel
- ◆ Autonomie

**Le coaching est l'accompagnement d'un professionnel dans la définition et la réalisation de ses objectifs.**

**Le coach accompagne le client dans le processus de cette réalisation. Son travail consiste à inviter le coaché à se questionner sur ses motivations et sur la manière de concrétiser ses objectifs. En outre, il utilise une série d'outils qui donnent au client la possibilité de débloquer des idées limitantes. Enfin, il respecte la confidentialité des informations et fixe un cadre professionnel sérieux.**

**Le coaché, encouragé par les observations du coach, poursuit son processus d'évolution personnelle en utilisant ses propres ressources. Il définit ainsi les buts qu'il se fixe et vit les changements qui le rapprochent de ce qu'il souhaite. Il a une part active dans l'accompagnement puisque lui seul est en mesure de savoir et de réaliser ce qu'il désire.**

## Gestion de situations

### Conflits, crises

### Estime de soi, Confiance, Affirmation

### Stress, Malaise au travail

## >> Modalités

- ◆ Une démarche personnalisable selon vos contraintes et vos priorités.
- ◆ Une fréquence hebdomadaire ou bimensuelle
- ◆ Des séances de 50 mn
- ◆ Un suivi possible par courriels ou téléphone
- ◆ Un tarif de 50€, 60€ ou 70€ la séance
- ◆ Des entretiens sur rendez-vous à mon cabinet ou par téléphone

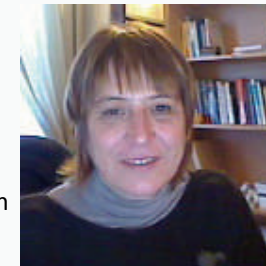
## >> Outils

- ◆ Analyse systémique
- ◆ Approche transgénérationnelle
- ◆ Analyse Transactionnelle
- ◆ Programmation Neuro-Linguistique

## Mary GOHIN, psychologue

## >> Formations et diplômes

- ◆ DEA Lettres
- ◆ Maîtrise Psychologie sociale
- ◆ DESS Psychologie et ergonomie
- ◆ Certification de coach



## >> Parcours professionnel

- ◆ Professeur de Lettres
- ◆ Psychologue sociale
- ◆ Psychologue ergonomiste
- ◆ Coach Psychologue

## >> Expériences significatives

- ◆ Professeur en France et en Côte d'Ivoire
- ◆ Directrice d'établissement scolaire, Blois
- ◆ Psychologue Armée de Terre, Tours
- ◆ Psychologue ergonomiste SNCF, Paris
- ◆ Coaching d'équipes Rhône Alpes
- ◆ Coaching individuel en cabinet particulier

## >> Développement personnel

- ◆ Psychanalyse lacanienne
- ◆ Psychothérapie rogerienne
- ◆ Pratique du Yoga et de la méditation
- ◆ Membre de la SFP

Mettre au service de mes clients comme coach psychologue l'ensemble de ce que je suis, de ce que j'ai vécu, de ce que j'ai appris, c'est plus qu'un métier pour moi. C'est une vocation et un véritable plaisir.