

LA CONFIANCE

POUR STIMULER LA

PERFORMANCE

CONFÉRENCES
ATELIERS
COACHING

« La manière dont Nathalie m'a expliqué comment changer ma façon de penser a fait de cette session l'une des plus marquantes. Elle a changé ma vision des choses, ce qui pourra potentiellement m'aider à débloquer des MILLIONS DE DOLLARS en revenus. »

Greg Schinkel
Président
Unique Training Development

Nathalie
Plamondon-Thomas
Spécialiste en Confiance

Autrice de 8 Bestsellers Internationaux
Conférencière canadienne de l'Année 2021

L'ACADÉMIE
ar la
Pensée

www.thinkyourself.com

778-899-0260



LA CONFIANCE

POUR STIMULER LA

PERFORMANCE

POUR L'ENSEMBLE DE VOTRE ÉQUIPE

Les membres de notre équipe apportent leurs problèmes personnels au travail, ce qui affecte leurs performances.

Notre milieu de travail est facilement perturbé par quelques "pommes pourries" et peut rapidement devenir très négatif.

Trop d'employé(ées) sont résistants(es) aux changements pourtant nécessaires, voire impératifs.

Notre équipe a besoin d'outils pour être plus résiliente lorsqu'il s'agit de faire face aux défis quotidiens.

Nous croyons que nos ventes pourraient facilement doubler si tout le monde se donnait à 100% et arrêterait de s'asseoir sur ses lauriers.

Les forces et faiblesses des membres de l'équipe ne sont pas exploités ce qui rend notre équipe propice à chercher ailleurs ou leurs talents seront reconnus.

POUR VOTRE ÉQUIPE DE DIRECTION

Les membres de notre équipe de direction doivent se baser sur les faits et prendre des décisions stratégiques au lieu de réagir émotionnellement.

Certains membres de notre équipe de direction ont été promus(es) par ancienneté et n'ont pas les habiletés nécessaires pour gérer une équipe.

Certains(es) de nos gestionnaires et directeurs(rices) manquent de confiance, en particulier lorsqu'ils(elles) assument de nouvelles fonctions.

Notre roulement de personnel est très élevé. Nos processus d'embauche et de rétention sont à revoir.

Nos leaders ne s'entendent pas avec tous les membres de leurs équipes respectives ou les membres de l'équipe ne s'entendent pas entre eux(elles).

Notre personnel de gestion aurait avantage à comprendre les différences entre les individus et savoir comment aborder chaque type de personnalité.

www.thinkyourself.com

Contactez Nathalie : nathalie@thinkyourself.com - 778-899-0260





Vos équipiers(ères) ont déjà tout ce dont ils(elles) ont besoin.
Ils(elles) savent ce qu'il faut faire. Ils(elles) ont simplement
besoin d'outils spécifiques afin d'atteindre leur plein potentiel.

Pour transformer votre lieu de travail,
il faut apprendre à vos équipiers(ères) comment utiliser leur
propre cerveau pour optimiser leur performance.

Voici ce que j'ai appris :

VOUS ÊTES GÉNIAL(E)

FAIT : Nous avons tous un cerveau.

PROBLÈME : Les gens atteignent rarement leur
plein potentiel.

SOLUTION : Apprenez comment exploiter pleinement
les capacités de votre cerveau.



« Les décisions doivent être prises en tenant compte des faits, des compétences et des connaissances, non pas en fonction de la peur ou des croyances limitantes causées par des expériences négatives du passé. »

Il est temps de se débarrasser de ce qui empêche votre équipe de donner son 100%. »

VOICI COMMENT NATHALIE PEUT VOUS AIDER :

1 CONFÉRENCES/ATELIERS

- **CONFIANCE / PERFORMANCE**
- **COMMUNICATION**
- **RÉSILIENCE / CHANGEMENT**

À L'ÉCHELLE DE LA COMPAGNIE

Conférences avec votre équipe pour rallumer leur feu intérieur. Inspiration, motivation, confiance. Ateliers ciblés pour développer la communication, les talents, l'habileté à travailler en équipe et à performer.

2 COACHING INDIVIDUEL STRATÉGIQUE

- **ÉLIMINER LES OBSTACLES À LA PERFORMANCE**
- **IDENTIFIER & MAXIMISER LES MOTEURS INTERNES**

ÉQUIPE DE DIRECTION

Séances stratégiques ciblées avec votre équipe de direction pour surmonter les obstacles personnels & optimiser les performances individuelles. Entrevues de méta-programmes pour identifier les moteurs internes qui les alimentent.

ALLUMER votre Feu Intérieur

CONFIANCE & FOCUS POUR STIMULER LA PERFORMANCE

Des études récentes démontrent que 85% de la population souffrent d'un manque de confiance en eux, tandis que 75% des gens admettent souffrir du syndrome de l'imposteur au travail. Ce discours intérieur négatif conduit à la procrastination et crée un stress inutile, tout en faisant perdre du temps et de l'énergie précieuse. Un discours intérieur négatif crée également une résistance au changement, puisque les employés(ées) sont incertains(nes) quant à leurs capacités et ils(elles) se persuadent qu'ils(elles) sont incapables d'acquérir de nouvelles compétences ou de faire face au changement.

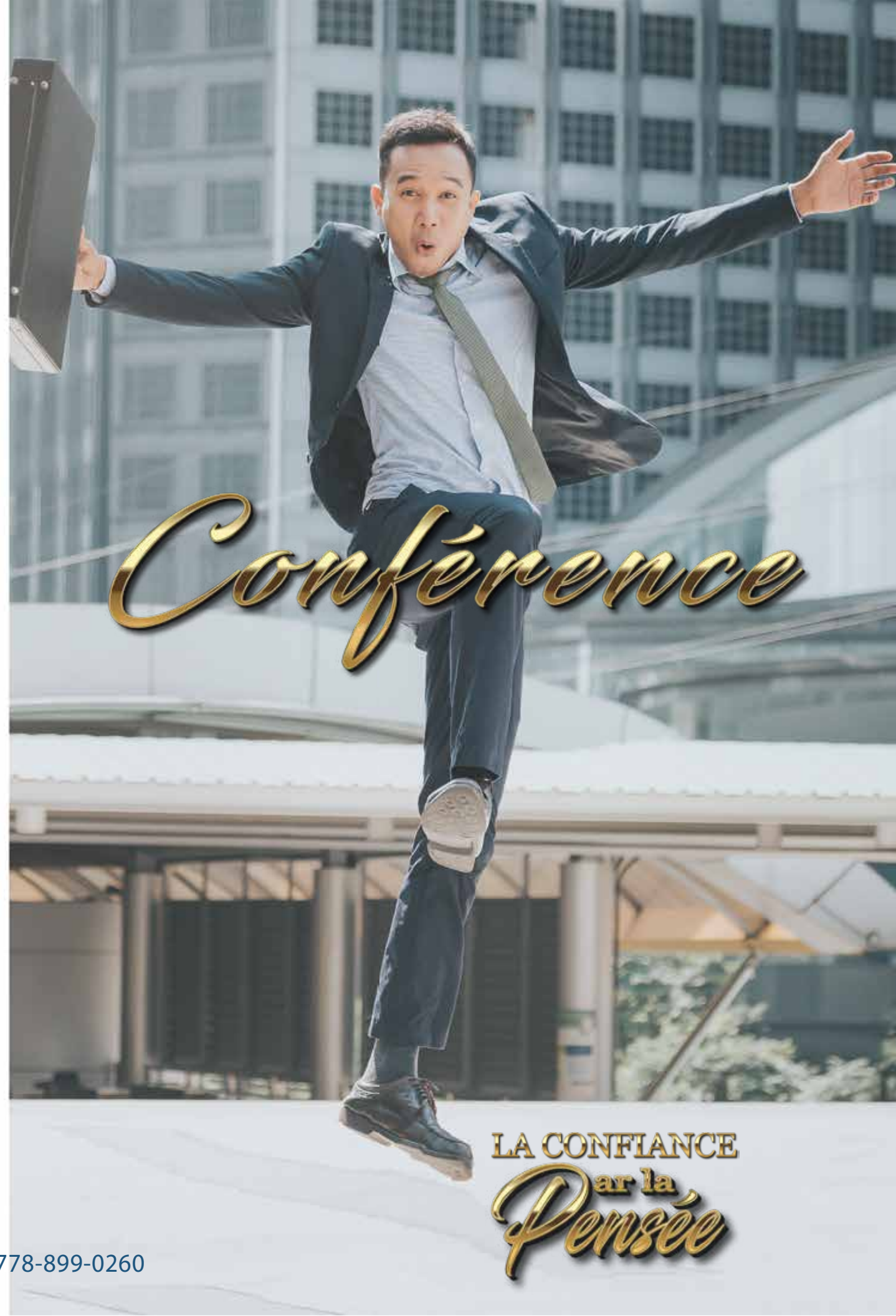
Un manque de confiance en soi peut être l'instigateur d'un environnement de travail toxique, d'employé(ées) démotivés(ées) et d'un taux inutilement élevé de roulement de personnel. Un manque de focus contribue à accroître le stress et réduit considérablement la productivité.

À l'inverse, lorsque les employés(ées) apprennent à être plus confiants(es) et à focaliser leurs pensées, ils sont plus heureux(euses), plus inventifs(ives) et beaucoup plus productif(ives). Ils communiqueront avec plus d'assurance et de clarté. Ils seront moins stressés(ées) et seront plus enclins(nes) à devenir des meneurs(euses) au sein de leur équipe.

Et lorsque vos employés(ées) sont plus confiants(tes), l'impact se fait ressentir à l'échelle de l'entreprise!

La conférence « ALLUMER VOTRE FEU INTÉRIEUR » de Nathalie est captivante, amusante et informative. Qu'il s'agisse d'employés(ées) de première ligne qui font face à des difficultés, de vendeurs(euses) qui ont du mal à accepter le refus de leurs clients(es) ou de superviseurs(euses) qui ont besoin de plus de confiance en eux pour assumer leurs rôles, le système éprouvé de Nathalie aidera votre équipe à atteindre son plein potentiel!

Contactez Nathalie : nathalie@thinkyourself.com - 778-899-0260



POINTS-CLÉS :

- Les bases du cerveau : Ce que la neuroscience nous apprend sur l'exploitation du pouvoir de notre cerveau afin d'atteindre notre plein potentiel et d'améliorer nos performances.
- Le pouvoir de l'optimisme : Découvrez un outil efficace qui aidera les employés(ées) à rester motivés(ées), même pendant les périodes plus difficiles.
- Répondre VS réagir : Découvrez une technique simple et efficace qui aidera les employés(ées) à adopter une attitude saine face à un conflit ou à une situation de stress.
- À bas le discours intérieur négatif : Apprenez une technique en deux étapes qui transforme le discours intérieur négatif en discours positif et énergisant.
- Travailler dans un but précis : Le travail a un impact énorme sur nos vies. Avoir un objectif est la source de motivation #1 au travail! Se concentrer sur le but à atteindre aide les employés(ées) à surmonter les obstacles qu'ils(elles) rencontrent et à rester motivés.
- Diriger pour changer : Stratégies pour aider les employés(ées) à améliorer leur résilience en accueillant le changement au lieu de le fuir.
- Confiance collaborative : Des études démontrent que même lorsqu'un(e) seul(e) employé(e) n'est pas aussi performant(e) qu'il(elle) pourrait l'être, la performance de l'équipe entière en est affectée. À l'inverse, augmenter la confiance de tous les employés(ées) permet d'optimiser les résultats à l'échelle de la compagnie.
- Idées = Action : Tirer parti du travail d'équipe et de la collaboration pour assurer des résultats durables.

AIMEZ

le (la) collègue qui vous

énerve

COMMUNICATION: Travail d'Équipe, Résolution de Conflits & Collaboration

Les employés(ées) démotivés(ées) et les taux élevés de rotation du personnel sont extrêmement coûteux. Le présentisme, c'est-à-dire lorsque les employés(ées) se présentent au travail, mais ne se présentent pas pour travailler, est également un énorme gouffre financier qui est souvent négligé. Des relations interpersonnelles solides sont essentielles pour un corps d'emploi sain, heureux et, au final, pour une entreprise plus rentable.

En dotant vos équipiers(ères) d'outils leur permettant de reconnaître leur style de personnalité et d'identifier ce qui les motive, vous contribuerez à créer un environnement de travail positif et axé sur les points forts de votre équipe. Avec l'aide du STYLE-L.I.S.T, outil d'évaluation de la personnalité, cet atelier permet à ses participants(es) d'en apprendre plus sur eux(elles)-mêmes, ce qui leur permet de mieux communiquer et d'améliorer leurs relations interpersonnelles.

En apprenant à vos employés(ées) à reconnaître leur propre style ainsi que celui de leurs collègues, de leurs subordonnés(ées) et de leurs supérieurs(es), vous leur permettrez de mieux comprendre les différences entre les types de personnalité.

En leur donnant des outils de communication appropriés à chaque type de personnalité, chacun(e) se sentira entendu(e) et apprécié(e). Un environnement de travail qui mise sur le respect, l'amitié et la collaboration sera ainsi établi.

En veillant à ce qu'ils(elles) puissent communiquer efficacement à l'intérieur et à l'extérieur de l'organisation, les employés(ées) profiteront d'un environnement de travail qui réduira le taux de rotation du personnel et d'absentéisme, en plus d'offrir un lieu que les gens apprécieront.

Oui, aller travailler peut être AGRÉABLE!

Contactez Nathalie : nathalie@thinkyourself.com - 778-899-0260



POINTS-CLÉS :

- **Exploiter la Différence** : Découvrez les quatre styles de personnalité à l'aide de l'outil d'évaluation de la personnalité STYLE-L.I.S.T. et exploitez les forces du Leader, de l'Influenceur, du Supporteur et du Penseur.
- **Les 6 Niveaux du Succès** : Familiarisez-vous avec les six couches neurologiques qui doivent être travaillées afin d'opérer un changement positif.
- **Éliminer les Barrières** : Découvrez comment créer un environnement qui favorise la collaboration et la convivialité.
- **Pardon?** Apprenez un langage spécifique qui aidera tout le monde à mieux communiquer avec chaque style de personnalité.
- **Du Conflit à la Coopération** : Améliorez la capacité d'écoute de vos employés(ées) afin que chacun(e) se sente écouté(e) et apprécié(e). Apprenez ce qui est à éviter avec chaque style pour esquiver les conflits, les résoudre ou gérer les conversations difficiles.
- **Conserver vos Employés(ées)** : Augmentez le taux de rétention des employés(ées) et améliorez la dynamique d'équipe en repérant les croyances limitantes, en les recadrant et en identifiant les valeurs importantes pour chaque style de personnalité.
- **Faites-moi Confiance!** Créez un environnement qui assurera une interaction plus ouverte et honnête entre chaque style de personnalité, tout en comprenant qui sont les employés(ées) en tant qu'individus. La confiance et le respect augmentent lorsque les employés(ées) se considèrent comme des personnes, au-delà de leur titre ou de leur rang dans l'entreprise.
- **Travailler dans un But Précis** : Découvrez les moteurs internes de vos employés(ées), ce qui les motive à venir travailler chaque jour et comment les encourager à donner le meilleur d'eux(elles)-mêmes.

www.thinkyourself.com

MOTEURS Internes

MÉTA-PROGRAMMES

Avez-vous déjà embauché un(e) gestionnaire pour ses réponses parfaites lors de l'entretien d'embauche, pour ensuite découvrir qu'il(elle) ne correspondait pas au poste et à l'équipe? Avez-vous déjà commencé à occuper un poste que vous aimiez, pour ensuite finir par redouter les lundis matins?

Vous ne savez pas vraiment comment empêcher ces situations de se produire, ni comment y remédier lorsqu'elles se produisent. On peut les expliquer, les prévenir et les rectifier en utilisant les moteurs internes des personnes ou les méta-programmes.

Les méta-programmes sont des raccourcis mentaux qui dirigent vos décisions, vos comportements, vos actions et vos interactions avec les autres. Ce sont des systèmes qui contrôlent d'autres processus mentaux à un niveau supérieur (méta).

PRÉVENIR

- Vous dépensez des milliers de dollars en frais de recrutement pour trouver les bons candidats pour vos postes de direction. Nathalie vous aide à faire le bon choix en menant une entrevue de méta-programmes pendant le processus d'embauche. En fonction du rôle pour lequel vous recrutez et des méta-programmes du reste de l'équipe, un ensemble spécifique de pilotes internes sera conçu pour le poste.

IDENTIFIER ET RECTIFIER

Une entrevue de méta-programmes avec l'équipe existante pour s'assurer que chacune(e) occupe le bon rôle. Au départ, on pensait que les métaprogrammes ne pouvaient pas être modifiés, qu'il s'agissait de caractéristiques « coulées dans le béton » qui variaient d'un cerveau à l'autre. Mais les recherches de Robert Dilts ont permis de découvrir que les méta-programmes pouvaient effectivement être modifiés, nuancés, voire remplacés. Nathalie travaille individuellement avec vos gestionnaires et avec les membres de votre équipe qui ont besoin d'acquérir un processus mental spécifique pour améliorer leur rôle.

Contactez Nathalie : nathalie@thinkyourself.com - 778-899-0260

La Confiance

PAR LES MOTEURS INTERNES



Sessions Individuelles



COACHING Stratégique

LA VOIE RAPIDE VERS LE SUCCÈS

Si un(e) leader de l'organisation a été poignardé(e) dans le dos dans son poste précédent, il(elle) peut avoir plus de mal à faire confiance à son équipe actuelle. Qu'est-ce qu'une équipe sans confiance?

Si un(e) dirigeant(e) a vécu un traumatisme personnel, même dans son enfance, s'il(elle) est actuellement en instance de divorce, s'il(elle) a un problème de toxicomanie, s'il(elle) a des difficultés à communiquer avec sa fille adolescente ou quoi que ce soit d'autre qui occupe son esprit, il(elle) ne laisse pas ces pensées dans le stationnement en arrivant au travail.

Nos expériences passées et actuelles influencent nos décisions quotidiennes, ce qui a un impact sur la performance de l'organisation.

ALLEZ-VOUS CHEZ LE DENTISTE ?

Même les personnes qui se brossent régulièrement les dents, utilisent du fil dentaire, du rince-bouche, etc. doivent quand même aller chez le dentiste quelques fois par an. Nous ne pouvons pas réparer une carie nous-mêmes en nous brossant les dents et en passant le fil dentaire. Le dentiste dispose d'outils spéciaux pour réparer les caries. Nous ne sommes pas de mauvaises personnes parce que nous devons aller chez le dentiste. Il y a des choses que nous ne pouvons tout simplement pas enlever ou réparer nous-mêmes. C'est la même chose pour notre cerveau.

Pensez à Nathalie comme si elle était un dentiste pour votre cerveau. Elle utilise des processus spécifiques pour déconnecter les émotions qui altèrent votre jugement et vous empêchent de donner le meilleur de vous-même. Tout le monde a besoin d'un bon nettoyage de temps en temps, même si l'on a une hygiène dentaire parfaite!

www.thinkyourself.com

CHOISISSEZ VOTRE SOLUTION

Deux niveaux d'impact

INTRODUCTION

ÉVÈNEMENT UNIQUE

Une conférence ou atelier

1 capsule vidéo personnalisée

Inscription du personnel à l'infolettre de
l'Académie PAR LA PENSÉE

1 ressource électronique de suivi
(Article, Capsule Vidéo)

1 sondage résumé post-événement

1 capsule vidéo de suivi

3 livres format papier

CHOISISSEZ VOTRE SOLUTION

Deux niveaux d'impact

IMPACT

PROGRAMME DE 6 MOIS

2 conférences
ou ateliers

2 capsules vidéo personnalisées

Inscription du personnel à l'infolettre
de l'Académie PAR LA PENSÉE

1 ressource électronique de suivi
(Article, Capsule Vidéo)

2 sondages résumé post-événement

1 débriefing virtuel
auprès du personnel

Inscriptions à l'une des
formations en ligne
(nombre d'inscriptions à déterminer)

Droits limités de diffusion
et enregistrement de la présentation

Séances stratégiques ciblées
avec l'équipe de direction
(nombre de séances à déterminer)

Exemple: 4 séances stratégiques
avec 5 dirigeants(tes) = 20 séances

Livre électronique
pour chacun(e) des employés(ées)

Livres format papier
(nombre à déterminer)

Nathalie

PLAMONDON-THOMAS

Spécialiste en confiance

« Ça ne fonctionnera jamais, tu n'es pas assez bon(ne)! » On ne parle pas aux autres comme ça, alors pourquoi nous parlons-nous à nous-même de cette façon?

Au cours des 30 dernières années, elle a inspiré plus de 100 000 spectateurs(trices) et a permis à des milliers de clients(es) à travers le monde à se débarrasser de leur discours intérieur négatif.

Récipiendaire du prix de l'hommage de Présentatrice canfitpro de l'année pour le Canada en 2021, Nathalie travaille auprès d'organisations qui souhaitent inculquer la confiance en soi et le focus à leur équipe afin d'augmenter la productivité, la performance et les profits de leur entreprise. Elle est la fondatrice et PDG de l'Académie PAR LA PENSÉE (THINK Yourself® ACADEMY), offrant des conférences, des ateliers, des formations en ligne à la fine pointe, des stratégies d'affaires et du coaching individuel personnalisé.

Elle est l'autrice de quinze livres portant sur le succès, la communication, le bien-être et la pensée positive. Elle combine plus de 10 ans d'expérience en ressources humaines, 25 ans d'expérience en vente et plus de 30 ans dans l'industrie du conditionnement physique. En 2007, elle a été nommée « Instructrice Fitness de l'Année » au Canada. Elle siège sur le conseil d'administration national de l'association CAPS, l'Association Canadienne de Conférenciers Professionnels.

Elle utilise de nombreuses techniques et processus ciblés lors de ses séances avec ses clients(es) afin que ceux-ci puissent atteindre leur plein potentiel. Elle leur permet de trouver la confiance, le focus et la clarté dont ils ont besoin pour pouvoir performer à un rythme rapide dans un monde en constante évolution.

« Vous pouvez mener un cheval à la fontaine, mais vous ne pouvez pas le forcer à boire. » Pourtant, Nathalie en est capable.

www.thinkyourself.com

Contactez Nathalie : nathalie@thinkyourself.com - 778-899-0260

NATHALIE

L'ACADÉMIE
par la
Pensée

Fait toute la Différence

« La confiance,
ça commence
avec la manière
dont on
se parle... »

Nathalie

« La manière dont Nathalie m'a expliqué comment changer ma façon de penser a fait de cette session l'une des plus marquantes. Elle a changé ma vision des choses, ce qui pourra potentiellement m'aider à débloquer des MILLIONS DE DOLLARS en revenus. »

Greg Schinkel
Président, Unique Training Development

« L'état d'esprit et la perspective sont tout pour moi. Je continue à grandir chaque jour grâce au coaching de Nathalie. Trouver un équilibre dans la vie est difficile, mais je ne veux rien sacrifier. Elle m'a catapulté dans ma nouvelle réalité. J'ai bien l'intention de continuer à travailler avec elle pour les années à venir et je la recommanderais à tous ceux qui visent le ciel et vivent sans limites. »

Leanne M. Mamchur, CFA, CFP, FMA
Portfolio Manager and Senior Wealth Advisor
Your Partner and Advocate - CIBC Private Wealth

« La preuve que ça marche : Un réel changement d'état d'esprit se produit... »

Sundil Godse. Experte en Productivité,
Autrice de *Gut!* et de *Fail Fast. Succeed Faster.*

« Lorsque Nathalie entre dans une pièce, son CHARISME contagieux, son énergie et sa personnalité attachante captent l'attention... Sa capacité à connecter avec le public à la fois sur un plan professionnel et personnel est étonnante! »

Jen Langan, Directrice des Ventes Ouest -
Indigo Natural Products

« La séance la plus UTILE et SIGNIFICATIVE de toute la convention CAPS (Canadian Association of Public Speakers). »

Donald Cooper, Consultant en Gestion Internationale & Conférencier d'affaires

« Amusant, amical, captivant, enthousiaste, VRAI. Merci beaucoup pour toute l'aide que tu as apportée à la logistique aussi ! J'ai beaucoup apprécié la présentation, mais ton aide pour l'envoi des messages, la coordination de l'installation de Zoom, etc. a été TRÈS utile. Notre réunion s'est déroulée à un moment où nous étions submergés par des tâches supplémentaires et ton aide nous a sauvé la vie !!!!. Nous avons hâte de planifier notre prochaine réunion et de te retrouver! »

Cheryl Reeves
|Jacobs |
Adjointe Administrative, Région NO

« ... très compétente, sympathique et capable d'expliquer les choses de manière simple et pertinente. Mon personnel évoque souvent sa présentation. »

Anthony Crage,
Directeur des Achats - SPUD.COM

« J'ai suggéré à notre siège social que la présentation de Nathalie soit considérée comme LA NORME en matière de séance de formation réussie! »

Nathan Froese, Assistant-Gérant -
Community Naturals

J'ai hâte d'en savoir plus sur votre organisation
et de personnaliser mes services pour vous.

J'ai aidé plus de 100 000 leaders, gestionnaires et équipier(ères)
au cours des 30 dernières années, en aidant à augmenter
les bénéfices de l'entreprise tout en permettant aux gens
d'exploiter leur plein potentiel. Et si le doute n'existait pas?
Et si les décisions étaient basées sur la logique et la connaissance
au lieu de la peur? Et si votre équipe atteignait son
plein potentiel de performance?

Veillez me joindre ici : 778-899-0260.

J'ai très hâte de discuter avec vous...

Nathalie

 nathalieplamondon-thomas

 nathaliephinkyourself

 nathalieplamondon-thomas

 nathalie@thinkyourself.com

 778-899-0260

THINK Yourself®

L'ACADÉMIE
par la
Pensée