

Coaching & co, créé en 2014 par Jennifer **TROUCHAUD**, est un cabinet d'accompagnement à :

- ✓ la création et le développement d'une activité entrepreneuriale,
- ✓ l'amélioration des pratiques professionnelles,
- ✓ le développement des potentiels individuels et collectifs,
- ✓ le désir de changement (outplacement, reconversion professionnelle, transitions de vie...).

Dans ce cadre, nous intervenons en :

- ✓ **COACHING** : individuel et collectif, pour les entreprises, dirigeants, managers et particuliers,
- ✓ **CODEVELOPPEMENT** : animation de groupes de codéveloppement et groupes d'échange de pratique et formation à l'animation des groupes,
- ✓ **FACILITATION** : accompagnement des équipes dans leur réflexion stratégique et décisionnelle,
- ✓ **DÉVELOPPEMENT PERSONNEL ET PROFESSIONNEL** : ateliers et formations pour particuliers, entreprises et établissements d'enseignement supérieur.

Notre cœur de métier : L'accompagnement au développement professionnel des individus

❖ **Vous souhaitez devenir entrepreneur/eure ?** Notre coaching entrepreneurial offre un accompagnement complet (coaching individuel + groupe de codéveloppement) aux dirigeants d'entreprise et entrepreneurs en création et développement d'activité.

Nos objectifs :

- ✓ favoriser la réflexion grâce à l'effet miroir,
- ✓ stimuler le passage à l'action par l'entraide et l'engagement,
- ✓ rompre l'isolement des dirigeants et travailleurs indépendants.

❖ **Vous souhaitez développer votre connaissance de soi, améliorer vos relations interpersonnelles et avancer dans votre carrière ?** L'accompagnement en coaching individuel associé à nos outils de connaissance de soi ([Inventaire de personnalité Process Communication](#)) ou de diagnostic émotionnel ([EQ-I 2.0, Leadership et 360°](#)) vous offre une meilleure conscience de vous, de vos modes de fonctionnement, de vos besoins pour avancer sereinement dans votre vie professionnelle et développer vos compétences relationnelles et émotionnelles.

Ils nous font confiance :

Et bien d'autres...

Jennifer TROUCHAUD, dirigeante et :

- **Coach** professionnelle diplômée
- **Facilitatrice et formatrice en codéveloppement professionnel**
- **Facilitatrice** en intelligence collective
- **Formatrice** en développement personnel et professionnel



Présentation personnelle :


Depuis toujours fascinée par les comportements humains et leur impact sur les relations interpersonnelles, j'ai choisi de placer les Hommes au cœur de mon activité professionnelle.

Après un début de carrière dans le marketing et la communication, je suis aujourd'hui coach professionnelle, animatrice et formatrice en codéveloppement et facilitatrice et dirige le cabinet Coaching & co depuis 2014.

Animée par des valeurs fortes telles que la coopération et l'entraide, le professionnalisme et l'ouverture, j'accompagne les individus et les équipes vers un état relationnel à soi et aux autres propice au développement des potentiels et au déploiement de l'intelligence collective au sein des équipes.

Certifiée en Process Com Coaching, EQ-I (intelligence émotionnelle) et PNL (programmation neuro-linguistique), mes accompagnements sont centrés sur la connaissance de soi et des autres, la gestion du stress, l'amélioration des relations interpersonnelles pour faciliter le développement des compétences et des performances, individuelles et collectives.

Mes diplômes, formations et certifications :

- ✓ 1996 : ESC Tours, spécialisation Marketing/Vente,
- ✓ 2012-2013 : DESU « *Pratiques du coaching* » de l'Université Paris VIII,
- ✓ 2013-2014 : Codéveloppement professionnel,
- ✓ 2015-2016 : Ennéagramme® niveau 1&2,
- ✓ 2017 : Facilitation en intelligence collective  **formapart**
l'art de la facilitation
- ✓ 2018 : L'Élément Humain® modules individuel et collectif
- ✓ 2018 : Technicien PNL (Programmation Neurolinguistique)
- ✓ 2019 : Process Com Coaching® modules individuel et équipes.
- ✓ 2020 : Diagnostic EQ-I 2.0, Leadership et 360° (Intelligence émotionnelle)
- ✓ 2021 : Approche systémique et stratégique de Palo Alto



Mes valeurs :

- l'écoute, la bienveillance et le non-jugement,
- le professionnalisme et l'amour du travail bien fait,
- la coopération, l'entraide et le partage,
- la transparence et l'ouverture.



Mes engagements bénévoles :

- Présidente de l'Association **CoachPro Occitanie** qui œuvre pour la promotion du coaching professionnel et accompagne les coaches dans leur professionnalisation,
- Coach référente de **l'Association 60 000 Rebonds Toulouse**, qui accompagne les entrepreneurs ayant fait faillite à se reconstruire et rebondir professionnellement,
- Membre de l'équipe organisatrice et intervenante pour « **La Fabrique du Changement Toulouse** », éditions 2017 et 2018,
- Membre de l'Association Française du Codéveloppement Professionnel (**AFCODEV**)

Vous souhaitez en savoir plus ? Visitez son profil LinkedIn : [cliquez ici](#).