

Marie-Pierre Caouette, PCC



514.679.9123

Site web • Courriel

Marie-Pierre Caouette, coach
certifiée PCC
Grand Montréal

Si tu veux changer le
monde, commence par
te changer
toi-même. Ghandi

Vous n'êtes plus seul (e)! Plus de leadership, moins de stress, oser prendre les bonnes décisions pour vous et les communiquer pour atteindre vos objectifs en préservant bien-être et équilibre dans vos vies professionnelle et personnelle: c'est possible!

Spécialités

Coaching de gestion / Dév. du leadership, Coaching d'équipe/groupe, Coaching individuel, Coaching affaires/exécutif, Transition de carrière, Coaching personnel/de vie, Conférencier(ère), Mentorat/supervision

Ma vision

Accessible en ligne, où que vous soyez, pour vous aider à être sur votre X et en pleine possession de vos moyens dans toutes les sphères de votre vie (travail, couple, parent, relations, perso). Je vous partage également des outils pratiques pour que vous puissiez agir consciemment sur la gestion du stress, des émotions et votre niveau de bien-être dans vos communications, vos relations et dans votre corps.

Mes intérêts

Je suis passionnée par ce que la science nous apprend à propos des liens étroits entre les pensées, les émotions et le corps et la plasticité du cerveau. Je m'intéresse aux applications de la recherche en neurosciences particulièrement sur le stress et l'anxiété, à l'intelligence émotionnelle, à la communication non violente. Parce que j'ai à coeur la promotion d'une pratique de coaching professionnelle, éthique, crédible et sécuritaire, je contribue à la formation et au mentorat des coachs.

Mon parcours

Le coaching est ma 3e vie professionnelle, après avoir été professionnelle de la santé dans les réseaux publics (santé, éducation), entrepreneure en région, présidente et directrice générale d'un ordre professionnel et proche aidante. Je suis maintenant coach certifiée en gestion et en neurosciences, professeure de yoga et méditation et membre de 2 ordres professionnels (santé, administration). Je suis formée en accompagnement de groupes et d'équipes et facilitatrice Coaching Ourselves.