



*Toujours plus loin en Soi...
Un pas à la fois*

CONTACT

TÉLÉPHONE :
819-918-7479

COURRIEL :
gratmar@gmail.com

SERVICES

LEADERSHIP

Parfaire ses compétences et meilleure communication en leadership, Naviguer le passage au niveau exécutif, Intra-leadership

TRANSITIONS

Vie/Carrière,
Mieux vivre un deuil, une rupture, un divorce, une retraite.

TRAVAIL

Équilibre vie/travail

SANTÉ

Mieux être extrême

GESTION DU STRESS

Mieux vivre nos périodes d'anxiété

OUTILS PSYCHOMÉTRIQUES

L'ENNÉAGRAMME

MARTHE GRATTON

COACH PROFESSIONNELLE CERTIFIÉE

PROFIL

En tant que coach, mon rôle est de guider les individus vers l'accomplissement de leurs objectifs personnels et professionnels. Forte de plus de 30 ans d'engagement au sein de la Fonction publique, consacrés à l'apprentissage et au coaching en leadership, mon objectif principal est d'aider les individus à réaliser leur plein potentiel, à donner un sens à leur vie, et à faciliter les changements grâce à des techniques rapides et efficaces.

Mon approche en coaching se concentre sur le « comment » plutôt que le « pourquoi », permettant ainsi une atteinte plus efficace des objectifs. Orienté vers les solutions, mon coaching aide les personnes à identifier leurs ressources internes et à canaliser leur énergie dans un processus de croissance.

En parallèle, j'ai également co-fondé et animé des groupes d'entraide « EntreFemmes/EntreHommes », ainsi que formé des animateurs destinés à soutenir des personnes vivant une rupture avec le soutien du CLSC et de l'Hôpital Pierre Janet.

Je suis une coach intuitive, attentive à vos besoins, et déterminée à vous accompagner vers le succès dans un climat agréable et proactif.

ÉDUCATION ET CERTIFICATIONS

Certification Post Maître en coaching CQPNL (Centre québécois de programmation neuro Linguistique)
Foundation & Apprenticeship, Integral coaching Canada Inc.
Cercle de coaching avec Charles Brassard,
Oser communiquer autrement, méthode ESPERE de Jacques Salomé,
Formation en approche somatique, Equi Coaching
Praticienne en Hypnose Éricksonienne, CQPNL
Développement de la fonction-conseil, CFC Montréal

AFFILIATIONS

Membre au sein du Réseau des Coachs de l'Outaouais (RCO)
Association nationale des naturopathes, (ANN) - reçus d'assurance
VP formation au club Toastmasters les Mots Arts.