

The logo for Systemic Minds features the words "SYSTEMIC MINDS" in a blue, sans-serif font. A blue arc is positioned above the letters "I" and "N". Below the main text, the tagline "achieving balance and performance" is written in a smaller, grey font, flanked by horizontal lines on both sides.

SYSTEMIC MINDS®  
—— achieving balance and performance ——

---

# Edito - A votre succès!

Cher leader, dirigeant, manager ou entrepreneur,

Je m'adresse à vous, qui avez entre vos mains de grandes responsabilités dans le succès de votre entreprise. Pour faciliter la lecture de ce document, j'utilise le masculin, mais je m'adresse ici à toutes et tous, quel que soit votre genre (H/F/X).

Votre organisation évolue dans un environnement de plus en plus volatile. L'intensité des changements atteint des niveaux jamais rencontrés auparavant, ce qui requiert de nouvelles capacités d'adaptation et d'évolution. Maintenir vos objectifs stratégiques tout en faisant preuve de flexibilité est désormais un prérequis à votre succès.

C'est en couplant l'équilibre à la performance que les entreprises – et les individus qui la composent – augmentent leurs chances d'atteindre leurs objectifs plus efficacement et plus sereinement.

Systemic Minds se concentre sur le capital le plus critique de votre organisation : le capital humain. À travers sa mission "*Aider les organisations et les personnes à atteindre l'équilibre et la performance*", je vous invite à (re)considérer l'Humain comme un capital stratégique de votre organisation à développer.

À l'heure où la corrélation entre les facteurs psychosociaux et la productivité n'est plus à prouver, découvrez comment Systemic Minds va vous permettre de réconcilier ces 2 dimensions en un système cohérent et vertueux. La création de valeur qui en résulte est présentée de manière succincte dans le schéma ci-contre.

Réduire au maximum les risques psychosociaux et, dans un même temps, améliorer la performance de votre organisation et de vos collaborateurs est possible.

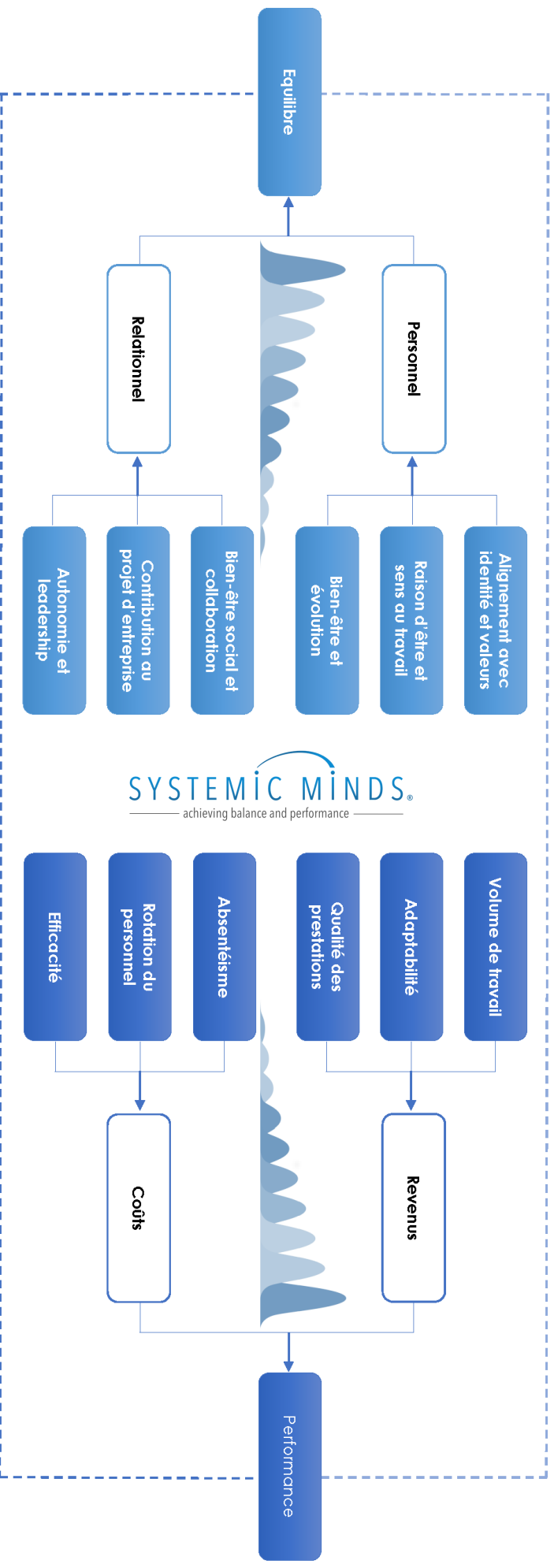
Souhaitez-vous faire de votre entreprise, une entreprise leader, compétitive, flexible et durable? Systemic Minds se met à votre disposition pour répondre à ce défi.

A votre réussite, à votre succès !

Carl Dufour  
Fondateur de Systemic Minds

LE PLUS GRAND CAPITAL  
DE VOTRE ORGANISATION  
EST LE CAPITAL HUMAIN,  
COMMENT ALLEZ-VOUS LE  
FAIRE ÉVOLUER?

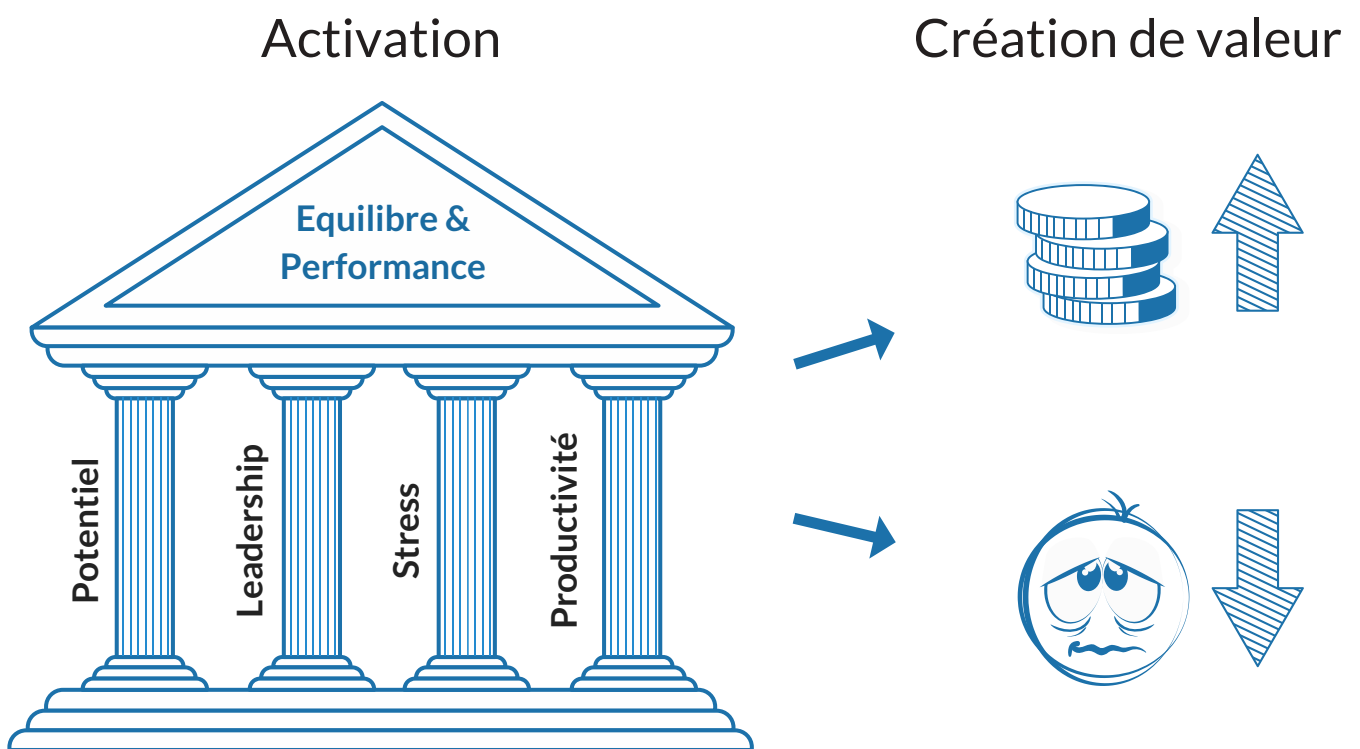
# Un système vertueux



# 4 piliers thématiques

Quel que soit le trajet emprunté – et chacun y verra ses priorités individuelles et collectives – chaque pas ancré fermement dans un ou plusieurs des 4 piliers thématiques suivants constitue une avancée pour l'entreprise et les personnes qui y travaillent.

Chaque pilier améliore à la fois le bien-être et la performance de l'individu, entraînant ainsi une meilleure performance de l'organisation.



Je me demande à quoi ressemblera votre entreprise lorsque vos collaborateurs et vous-même aurez élevé votre potentiel, activé votre leadership, pris le contrôle définitif sur votre stress et maximisé votre productivité. Comment parlera-t-on de votre organisation? Quels effets ressentirez-vous?

Je vous invite à prendre quelques minutes pour y réfléchir.

Découvrez ci-après les 4 piliers thématiques qui mènent à l'équilibre et à la performance.

## Elevez votre potentiel



Elever votre potentiel va vous rendre plus fort, plus dynamique, plus résilient, plus flexible et plus serein. Vous apprendrez à dynamiser vos ressources internes, à débloquer vos freins, à dépasser vos propres limitations et à activer les recettes du succès. Profitez dès maintenant des enseignements des plus grands experts en coaching professionnel, coaching de vie, PNL humaniste, systémique, analyse transactionnelle, thérapies cognitives et comportementales, et psychologie active.

## Activez votre leadership



Il existe de nombreux styles de leadership et derrière ces grandes théories vient la réalité de terrain. Comment développer un leadership qui vous correspond, permet votre évolution naturelle et répond aux exigences de l'entreprise d'aujourd'hui et de demain ? Apprenez à mieux communiquer, avec confiance, sérénité et assertivité. Mettez en pratique vos capacités d'influence (en toute intégrité) et adoptez la posture d'un leader moderne, tout en restant vous-même, capable de fédérer, faire évoluer et guider votre entourage vers un objectif, vers la réussite individuelle et collective. Ce pilier rassemble les meilleures pratiques en leadership transformationnel, communication non-violente (CNV), assertivité, intelligence émotionnelle, et systémique des organisations.

## Contrôlez votre stress



Faites du stress votre allié. Apprenez à le dompter et à l'utiliser à bon escient. Renforcez votre résilience face à diverses situations et développez votre capacité à retrouver un état émotionnel propice à la performance, à la créativité, aux relations saines et à une meilleure hygiène de vie. Ce pilier constitue un véritable bouclier contre les risques de burn-out, de bore-out et de dépression. Il s'inspire de nombreuses recherches et des pratiques les plus efficaces en gestion du stress et en développement personnel.

## Maximisez votre productivité



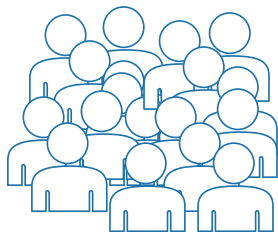
Obtenez de meilleurs résultats en travaillant plus intelligemment. Traduisez la mission de votre entreprise en actions concrètes et stratégiques. Ce pilier repose sur les techniques éprouvées et innovantes en gestion du temps, en alignement stratégique des activités et en efficacité communicationnelle.

COMMENT POURRIEZ-VOUS ET VOS COLLABORATEURS BENEFICIER DE L'ACTIVATION DE CES 4 PILIERS QUI MENENT A L'EQUILIBRE ET A LA PERFORMANCE?

# 4 modes d'intervention

## Les Rendez-Vous Systemic Minds

- Ateliers de coaching thématiques en petit comité
- Interventions individuelles et collectives du coach
- Maximum 4 personnes par atelier
- Dans les locaux de Systemic Minds
- Thématiques: potentiel, leadership, stress et productivité



## Les Sessions Systemic Minds

- Ateliers d'autocoaching thématiques en groupe
- Interventions collectives du coach
- Minimum 10 personnes par session
- Dans votre entreprise ou à l'extérieur
- Thématiques: potentiel, leadership, stress et productivité

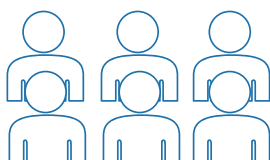
## Les Tête-à-Tête Systemic Minds

- Coaching individuel
- Interventions individuelles du coach
- Dans les locaux de Systemic Minds
- Thématiques: tout sujet touchant à votre vie professionnelle, relationnelle et personnelle



## La Facilitation Systemic Minds

- Coaching de groupe / d'équipe
- Interventions individuelles et collectives du coach
- Dans votre entreprise
- Thématiques : tout sujet permettant une meilleure cohésion et un meilleur travail d'équipe



Contactez Systemic Minds pour plus d'informations ou pour prendre rendez-vous.

# 5 principes directeurs

## Le changement en profondeur

L'être humain a naturellement tendance à s'autoréguler pour retrouver le plus rapidement possible l'équilibre : c'est le principe de la résistance au changement. A contrario, le changement en profondeur conditionne la véritable évolution, qui mènera vers un nouvel équilibre. Systemic Minds embrasse cette seconde approche, qui est la seule permettant d'aboutir à de nouveaux résultats, plus rapidement, plus efficacement et plus sereinement.

## Le conditionnement neuronal

Engager de véritables changements de pensées, de croyances, d'émotions, et de comportements crée de nouveaux chemins neuronaux. Pour que ces changements deviennent naturels et durables, ces nouveaux chemins doivent s'épaissir. Nous appelons cela la "neuroplasticité". Les techniques utilisées et enseignées par Systemic Minds favorisent ce phénomène grâce au conditionnement neuro-associatif, qui conduit à la fois à une plus grande durabilité des changements engagés et à un plus grand plaisir quotidien dans le travail et les relations.

## L'approche systémique humaniste

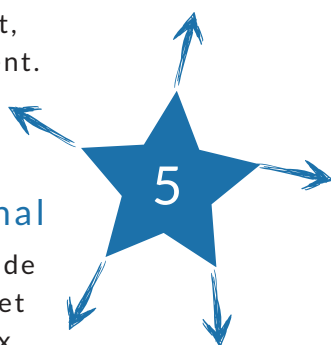
Contrairement à la majorité des formations ou ateliers thématiques qui se focalisent essentiellement sur des modèles et outils techniques, Systemic Minds reconnaît que 80% de l'impact de tout changement passe par une modification du système de pensées, croyances, émotions et comportements de l'être humain. Notre approche associe ces composantes humaines profondes aux techniques dans un ensemble cohérent, relié à son environnement

## La responsabilisation

Les relations entre les personnes et/ou les entreprises sont nombreuses, diverses et complexes. Néanmoins, la qualité de toute relation dépend de la capacité de chaque partie à s'appropriier ses propres responsabilités dans la construction ou le maintien d'un objectif commun. Ce principe est largement exploité dans notre approche, car il favorise l'évolution, l'autonomie et la capacité d'adaptation.

## L'orientation 'coaching'

Le conseil et le coaching sont 2 approches différentes. Alors que le "conseil" – que l'on retrouve dans la plupart des formations – impose un même contenu et un même processus à tout le monde, le coaching vous permet de les adapter à votre propre situation en tenant compte de vos propres ressources à dynamiser et de vos propres freins à éliminer. Cette approche vous permettra, à vous et à vos collaborateurs, de vous approprier votre chemin vers l'équilibre et la performance.



# CONTACTEZ SYSTEMIC MINDS

Pour tout complément d'informations ou pour prendre rendez-vous :



## Systemic Minds

16, Rue des Deux Sociétés Nationales  
B-1400 Nivelles



0474 805 567



carl@systemicminds.com



[www.systemicminds.com](http://www.systemicminds.com)

*"C'est dans les moments de décision et d'action  
que votre destinée prend forme"*

Anthony Robbins



L'être humain et son potentiel sont ma passion.

Mon ambition est de vous aider à adopter les stratégies mentales, comportementales, et techniques innovantes pour une vie plus équilibrée et plus performante à tous niveaux : professionnel, relationnel et personnel.

Certifié Coach Professionnel et formé à la PNL humaniste, au coaching d'intervention stratégique, à l'analyse transactionnelle, à l'approche systémique, ainsi qu'au marketing stratégique, je possède une expérience de plus de 2 décennies dans le conseil, la formation et le coaching.

Carl Dufour  
Fondateur de Systemic Minds