



REFLEX
mental

CAPACITÉ - TALENT - HARMONIE



COACHING
PRÉPARATION MENTALE
FORMATION
CONSEIL

STAFF MÉDICAL
coaching & préparation mentale

Téléphone
(+33) 06 59.35.77.49

e-mail
frasca@reflex-mental.com

Site internet
www.reflex-mental.com



STAFF MÉDICAL

coaching & préparation mentale

Développer les compétences techniques et scientifiques de vos collaborateurs est une base. Développer leurs compétences cognitives et comportementales en fera des alliés décisifs dans la recherche de sécurité, de rentabilité et d'excellence opérationnelle!

Par le biais de mon expérience dans les services hospitaliers et les bloc opératoires, de sportif et grâce aux outils de coaching et de préparation mentale, je vous propose une approche axée « ACTION » pour faire progresser rapidement les aptitudes mentales qui soutiennent l'action des personnels de santé et améliorer l'engagement et la performance collective des équipes.

LE COACHING DE PERFORMANCE... POUR QUI?

Les professionnels de santé font partie de ceux qui connaissent une charge et surtout une intensité mentale hors du commun.

Leur mission réside dans l'application des compétences techniques et scientifiques acquises, un travail collaboratif intra et inter-services, et une compétence relationnelle évidente.

Le développement des aptitudes mentales individuelles ainsi que l'amélioration de l'intelligence collective seront des clés pour assurer l'action de chacun à la hauteur de son potentiel et pour le projet commun!

Mon approche inspirée par les techniques développées pour le sport de haut-niveau et l'entreprise permettra d'introduire les bases d'une performance fluide et pérenne auprès de acteurs principaux de la santé.

L'institution, les infirmières, Médecins, et chirurgiens en seront les acteurs et les premiers bénéficiaires, pour l'intérêt premier du patient.

DES OUTILS POUR CHAMPIONS ADAPTÉS AUX MÉTIERS DE LA SANTÉ

. Diagnostic de Performance Mentale dans l'Action

Coach Expert Méthode Target®, je vous propose d'accéder à l'outil de diagnostic que j'utilise pour accompagner les sportifs de haut-niveau.

Il ne s'agit pas d'un test psychométrique, mais bien d'une analyse et d'un décryptage précis des aptitudes et des compétences mentales face à l'action.

Cette étape est fortement recommandée afin d'identifier l'équilibre de performance du coaché et de mettre en oeuvre une stratégie d'intervention fine et ciblée pour un gain de temps et d'efficacité. L'important n'est pas ici de comprendre le « pourquoi » je n'ai pas encore réussi, mais de définir le « comment » je vais parvenir à mes objectifs.



POUR RENFORCER LA PERFORMANCE INDIVIDUELLE ET COLLECTIVE DES PERSONNELS DE SANTÉ

En individuel

Diagnostic et Coaching individuel
Accompagnement des managers
Améliorer son geste technique (précision, décision, endurance)

En groupe

Gestion de l'erreur et des événements aléatoires
Connaître et utiliser les modes mentaux
Accepter et utiliser la pression
Adaptation au changement
Facilitation des transactions inter-personnelles



Formation **Être manager d'unité: Diriger, décider, négocier**

Être un excellent technicien et devenir manager change la donne! Si vous occupez un poste d'encadrement, c'est que vous en avez le talent. Vous devez désormais intégrer et renforcer les aptitudes liées à votre nouvelle mission.

La formation « Être Manager d'unité » vous permettra d'adopter la bonne posture et de renforcer vos aptitudes à décider, négocier et engager vos équipes.

Formation **Variables psychologiques de la performance**

Plusieurs modules pour améliorer votre performance globale et celle de vos collaborateurs. (Anxiété/stress - Motivation - Attention/Concentration - confiance en soi)



VOTRE COACH **RAPHAËL FRASCA**

Ancien Rugbyman, puis Manager des ventes et du marketing pour une major de l'industrie de la santé, j'ai rapidement compris l'impact de la psychologie et des techniques mentales sur la performance finale.

C'est donc pour pouvoir agir concrètement, et voir mes clients s'affirmer dans leurs réalisations que je me consacre pleinement à l'impact du facteur humain dans la performance.

Coach et Préparateur Mental (D.U. **Coaching et Performance Mentale - Major 2017- Univ. Bourgogne**).

J'utilise la **Méthode Target®** enrichie par différents certificats dont:

Psychologie du sport pour le développement de l'athlète d'élite (FC Barcelone Innovation Hub).

Application des neurosciences dans l'apprentissage. (FC Barcelone Innovation Hub).

Réhabilitation Améliorée Après Chirurgie - RAAC. (IPC- Université Aix-Marseille).

Ma valeur ajoutée: La combinaison des compétences managériales, de coaching et de préparateur mental, le tout imprégné de la culture de la performance qui ne m'a jamais quitté depuis mes jeunes années sportives.

Plus de 10 ans dans les blocs opératoires m'auront permis d'observer, comprendre et apprécier les spécificités et les complexités de ce monde. En créant Reflex Mental, j'ai voulu apporter la somme de mes expériences et ma vision sur ce que la performance humaine demande pour s'exprimer pleinement dans l'environnement médical.



www.reflex-mental.com

Raphaël FRASCA
Tel: 06.59.35.77.49
E-mail: frasca@reflex-mental.com

