

## *Le concept ACC intègre :*

### ▪ **Les diagnostics et outils de coaching Action-type®**

Forte de ses succès dans le sport, la Méthode Action-Type® s'applique également aux besoins de l'entreprise que ce soit pour dynamiser ses équipes, optimiser ses ressources humaines, développer la cohésion d'équipe ou améliorer ses performances.

En sport ou en entreprise, les aptitudes motrices particulières, les caractéristiques psychologiques et émotionnelles propres sont transformées en autant de leviers capables d'atteindre les objectifs de façon naturelle et avec une efficacité surprenante.

Quelques tests moteurs permettent de prendre conscience de son mode de fonctionnement, de ses besoins fondamentaux et de valider les contextes et activités qui permettent de s'épanouir.

### ▪ **Les principes d'efficacité de Stephen Covey** <http://www.stephencovey.com/>

- [Les 7 habitudes de gens efficaces](#) (Ed. First Editions)
- [La 8<sup>ème</sup> habitude](#) (Ed. First Editions)

La vie est devenue plus complexe, plus stressante, plus exigeante, et les défis qui s'imposent à nous dans la vie personnelle et professionnelle encore plus difficiles à surmonter. Certaines habitudes, comme le sentiment de peur et d'insécurité, le désir de tout obtenir maintenant, sont autant de barrières à la réussite. Chacun de nous vit selon des schémas, des habitudes acquises et nous adoptons souvent des habitudes inefficaces, destructrices, négatives qui mènent à l'échec professionnel et personnel. Les principes de Covey nous permettent d'agir en harmonie avec nos propres valeurs, de mieux communiquer avec les autres, et de régler nos problèmes professionnels.

### ▪ **Les travaux de Jacques Salomé** <http://www.j-salome.com/>

- [Et si nous inventions notre vie ?](#) (Ed. Pocket 2007)
- [Le courage d'être soi](#) (Ed. Pocket 2001)

Jacques Salomé met en pratique la méthode E.S.P.E.R.E., un concept de base pour développer une relation vivante. Elle permet entre autre, de se définir le plus clairement possible, comprendre les comportements et apprendre à négocier entre nos différents désirs.

### ▪ **Les expériences et méthodologies personnelles des consultants AXEL**