



Karen BERLAN LHERBETTE

Facilitatrice de performances



Domaines d'intervention

- **Management**
 - Performance et efficacité des équipes
 - Leadership situationnel
 - Renforcement de la cohésion d'équipe
 - Gestion des conflits
 - Développement du capital humain
- **Communication performante**
 - Intelligence collective
 - Intelligence émotionnelle
 - Gestion du stress
 - Développement de la flexibilité comportementale
 - Agilité comportementale
 - Prise de parole en public
- **Soft skills**
 - Ikigai
 - Affirmation de soi / assertivité
 - Régulation des émotions
 - Maîtrise de la colère
 - Mindset
- **Reconversion & orientation professionnelle**
 - Identification des compétences
 - Bilan de compétences
- **Team Building**
 - Agilité comportementale & Percussions



Formations

- Conseillère en Bilan de Compétences
- FPA RNCP - spécialisation Agilité Comportementale & Leadership
- Technicienne PNL & ENNÉAGRAMME
- BTS Commerce International - Major de promo
- Master 2 Human Sciences - Kingston University - Londres
- Master 1 Anglais - Université Rennes II



Compétences

- Gestion de projet
- Coordination
- Ingénierie pédagogique
- Animation
- Management d'équipes
- Conduite du changement
- PNL
- CNV
- Accompagnement individuel et collectif
- Conférences
- Réalisation/conception de supports pédagogiques
- Création de site web



Certifications

- Certifiée RNCP Formatrice professionnelle pour Adultes
- Certifiée ComProfiles® en Agilité Comportementale & Leadership - Mention TB
- Attestation de formation Conseillère en Bilans de Compétences
- Certificats de réussite - formations :
 - Construisez votre projet professionnel
 - Développez vos soft skills
 - Apprenez à apprendre
 - Réaliser un bilan de compétences pour un bénéficiaire



Expérience professionnelle

- **KBL PERFORMANCES** (2023 - aujourd'hui)
 - Dirigeante - Formatrice certifiée
- **BRETAGNE COMMERCE INTERNATIONAL** (2004 - aujourd'hui)
 - Chef de projets à l'international
- **BEAG** (2002-2004)
 - Responsable export à temps partagé
- **TIMAB** (2001-2002)
 - Commerciale export plateau télévente Irlande



Références clés

- Askoria
- Lefebvre Dalloz Formations
- Orsys
- Cadres en Mission



Mon approche

Joie, Pragmatisme, Expertise et Résultat !



Mes valeurs

Écoute, Partage, Confiance, Ouverture, Sincérité



Mes qualités

- Pédagogue
- Pragmatique
- Bienveillante
- Autonome
- Rigoureuse
- Efficace
- Passionnée
- Réactive
- Créative
- Audacieuse
- Leadeuse
- Challengeuse



Mes passions

- Mon métier
- La Musique
 - Musicienne & chanteuse professionnelle
 - Fondatrice du quartet Swing Me Henri
- La création de bijoux, accessoires, prêt à porter
- La vie associative
 - Co-fondatrice et trésorière Les Concerts Solidaires
 - Co-présidente Football Club La chapelle Montgermont
- Les voyages
- Le sport
- L'adrénaline
- La lecture

KBL PERFORMANCES



Formations sur mesure au service de vos performances !



Le choix d'une pédagogie active

J'ai pour ambition de **mettre les stagiaires au cœur du processus d'apprentissage** en favorisant les 4 dimensions d'une pédagogie véritablement efficace :

- Apports théoriques pour comprendre ce que l'on fait
- Expérimenter pour mettre en vie les concepts
- S'entraîner pour développer ses nouvelles compétences
- Être impliqué dans l'apprentissage en mobilisant son propre vécu

Concrètement, mes formations sont conçues pour permettre aux stagiaires d'acquérir des méthodes et outils pratiques, de se tester au travers de mises en situation et d'exercices concrets, et de s'enrichir mutuellement grâce à des moments dédiés au partage et au débriefing d'expériences vécues.



L'Agilité Comportementale

Elle est au cœur des formations que je conçois et anime avec passion.



L'objectif stratégique des formations KBL Performances

Vous aider à penser et agir différemment en situation d'incertitude et/ou de stress, pour **surmonter les défis et atteindre de nouveaux sommets en conjuguant performance et mieux être.**



Formations sur mesure

Exposez-moi vos aspirations et vos objectifs : je conçois la formation qui vous ressemble et qui répond spécifiquement à vos besoins, vos attentes et vos enjeux stratégiques.

Formations les plus demandées



- Agilité comportementale & Leadership relationnel
- Développer son aisance & son efficacité professionnelle
- Identifier son capital compétences
- Donner du sens à sa vie professionnelle
- Décoder les comportements pour mieux communiquer

- L'art de communiquer : les clés
- Faire face aux pressions & aux changements
- Estime de soi & efficacité professionnelle
- Gestion du stress : méthode
- Assertivité & affirmation de soi
- Empowerment : être acteur de son développement
- Trouver son Ikigai
- Maîtriser ses émotions pour être plus efficace
- Développer vos Soft Skills

- Prendre la parole en public
- Gérer votre temps efficacement pour être plus performant au travail
- Animer un atelier/une réunion
- Développer votre sens critique
- Travailler votre autonomie
- Adapter son discours à son public
- (Re)Mobiliser vos équipes
- Gérer la performance et améliorer l'efficacité de vos collaborateurs
- Travailler efficacement en équipe
- Révéler votre style de Leadership