



POURQUOI FAIRE UN COACHING ?

Le coaching est utile autant pour votre vie professionnelle, que personnelle. Après un temps d'échange sur vos attentes, nous vous accompagnons pour définir un objectif défini ensemble.

Ce coaching vous permet d'être accompagné(e) dans une situation particulière afin d'optimiser vos comportements, vos décisions et votre réorientation de carrière. Il reste toujours en lien avec les objectifs professionnels.

OBJECTIFS DU COACHING PROFESSIONNEL

- Faire prendre conscience des modes de fonctionnement de la personne, qui ne sont pas ou plus adaptés à son environnement
- L'aider à s'entraîner à faire différemment
- L'accompagner à la mise en œuvre de mécanismes différents



Le coaching repose sur le postulat que chaque personne est en mesure de découvrir, par elle-même, ce dont elle a besoin. Le coach fait en sorte que vous vous posiez les bonnes questions, pour trouver vos propres réponses.

COMMENT DÉBUTER UN COACHING PROFESSIONNEL ?

Vous pouvez nous contacter au **02.99.23.69.72**. Notre cabinet vous propose un accompagnement sur mesure selon vos attentes, avec un premier rendez-vous **gratuit et sans engagement**.

Pourquoi faire appel à nous pour votre coaching professionnel ?

- ✓ Une coach certifiée FFP (Métier de Coach) et expérimentée dans l'accompagnement et le coaching
- ✓ Séances individuelles et personnalisées (en face à face)
- ✓ Respect de l'éthique, de la déontologie et du secret professionnel
- ✓ Bureaux accessibles aux personnes à mobilité réduite
- ✓ Situations de handicap prises en compte pour adapter les modalités

DÉROULEMENT DU COACHING PROFESSIONNEL

Le coaching s'inscrit sur une durée de 4 à 12 séances de 1h30 à 2h00, avec 15 jours minimum entre les séances.

Phase préalable

- Identification des besoins et analyse de la demande
- Vérification de la pertinence et de la faisabilité d'un Coaching
- Construction d'une alliance de travail dans un cadre contractuel
- Formalisation en conséquence d'un contrat de Coaching (durée et nombre de séances)

Phase d'accompagnement

- Les entretiens se déroulent sous la forme d'une conversation en face-à-face
- Le coach adapte son intervention à votre progression : vous informe, vous écoute, vous questionne, décode vos postures, vous donne un feedback...
- Le coach respecte votre rythme et vos limites

EXEMPLES ET CAS OÙ LE COACHING PEUT VOUS AIDER

- Développer sa confiance en soi, se valoriser dans le cadre professionnel en travaillant sur ses freins et ses contraintes
- Mettre en place une délégation réussie pour se concentrer sur ses missions principales
- Rétablir une situation managériale délicate et challenger ses équipes
- Reconnaître ses motivations et développer sa performance
- Apprendre à dire non

FINANCEMENT DU COACHING PROFESSIONNEL

La prestation peut être financée par :

- Votre entreprise
- Vous, à titre personnel