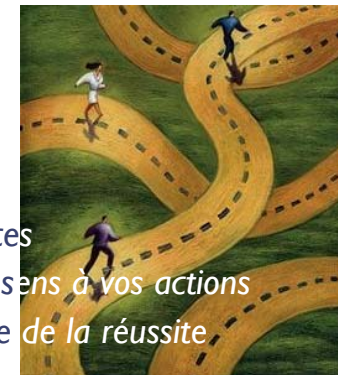


# Coaching individuel



Pour :

- Développer votre potentiel et vos ressources
- Mettre en œuvre vos talents et donner du sens à vos actions
- Atteindre vos objectifs et tracer votre route de la réussite

Que ce soit : une prise de fonction, une montée en puissance dans la fonction, la responsabilité d'un projet, l'évolution de la pratique managériale, la contribution au changement, une gestion de crise, l'amélioration du fonctionnement avec votre équipe, l'accompagnement sur un enjeu fort, l'accompagnement dans les changements de l'entreprise (fusion/acquisition, réorganisation, ...), la maîtrise de l'équilibre vie privée / vie professionnelle, le coaching se révèle être une méthode puissante pour accompagner une personne vers le changement désiré. **Le coaching est orienté vers l'atteinte des résultats identifiés.**

**Coaching individuel :** série de rencontres individuelles permettant d'aborder les besoins spécifiques : écoute active et questionnement, dynamique de projet individuel, créativité, affirmation et maîtrise de soi, expression et communication, résolution de situations managériales, évaluation des acquis, en séance de deux heures.

## Le dispositif :

Etablissement d'un contrat d'objectifs entre le client et son coach, précisant le nombre de séances envisagées, leur durée, les objectifs recherchés et les règles de fonctionnement (confidentialité, éthique)

Une progression dans le temps :

- une phase d'**évaluation** pour valider les constats, préciser les objectifs, choisir des modalités d'exploration et d'entraînement
- une phase d'**exploration** et d'entraînement qui permet d'analyser les situations et des cas, caractéristiques de zones de progrès et de chercher de nouveaux comportements ou de nouveaux modes d'interactions, voir de nouvelles stratégies de management
- une phase de **mise en application** sur le terrain. Au travers de plans d'actions ou d'exercices à pratiquer au quotidien, le client va valider dans la réalité la pertinence de la nouvelle approche, son niveau de confort pour l'utiliser et va l'infléchir ou la renforcer, pour se l'approprier
- une phase de **mesure des acquis** et de **validation** de l'atteinte des objectifs fixés au départ