



Coaching individuel

Le coaching est un accompagnement dont les objectifs sont le développement des aptitudes, l'amélioration de l'efficacité, l'adaptation à une situation nouvelle, l'aide à la décision ou la résolution de difficultés.

Cette intervention porte sur toutes les compétences qui ne dépendent pas exclusivement de connaissances techniques. Elle est particulièrement bien adaptée aux savoir-faire et savoir être concernant le management, l'organisation, le relationnel, la communication.

Pourquoi un coaching individuel

- Valoriser son potentiel et développer sa posture
- Prendre conscience du changement qui doit s'opérer pour atteindre l'objectif visé
- S'affirmer et gagner en confiance
- Développer son leadership d'influence
- Gérer une situation conflictuelle, une difficulté relationnelle
- Apprendre à mieux gérer son stress et ses émotions
- Développer ses qualités managériales
- Préparer une nouvelle prise de fonction
- Faire le bilan de ses compétences, construire un nouveau projet professionnel
- Renforcer son efficacité professionnelle : gestion du temps, conduite de réunions, pilotage de projets...

Modèles d'accompagnement et organisation

- Différents modèles d'accompagnement selon le contexte et les problématiques : le parcours personnalisé est construit par séances d'1h30.
- Le nombre des séances est défini en fonction des objectifs
- Un contrat d'engagement tripartite assure la relation et les indicateurs garants de l'objectif à atteindre
- Types d'entretien : face à face, visioconférence



Déroulement des séances

Étape 1 - Diagnostic, analyse des besoins et du contexte du coaché

Étape 2 - Choix du coach

Étape 3 - Élaboration d'un contrat tripartite de coaching : coach/coaché/N+1

Étape 4 - Lancement des séances de coaching

- Définition et clarification des objectifs à atteindre lors des séances
- Travail des compétences/comportements visés en accord avec les objectifs définis
- Bilan partagé du programme de coaching et définition des principaux axes d'amélioration et de progrès