

SE FAIRE ACCOMPAGNER POUR PROGRESSER - COACHING

objectif

Le coaching est un accompagnement sur mesure, une relation d'aide dans un contexte professionnel en mouvement. Il offre un espace de réflexion où l'acteur peut prendre du recul, identifier ses ressources et ses points de blocage et trouver sa propre solution dans une dynamique de croissance personnelle.

C'est une approche complémentaire aux actions de formation et de conseil en entreprise.

Des exemples :

- Sortir d'un problème qui fait obstacle à son développement : blocage relationnel; situation conflictuelle, manque de confiance en soi, etc.
- Préparer une prise de décision impliquant un choix personnel ou professionnel important.
- Etre accompagné dans l'accession de nouvelles responsabilités, à un nouveau métier, un nouveau challenge.
- Optimiser son management, affirmer son leadership, développer sa motivation, accompagner ses collaborateurs, etc.

programme

A partir de la demande du collaborateur, le coach fixera un contrat au cours de chaque séance :

- Définition des axes de travail en fonction du besoin.
- Travail sur les objectifs de travail retenus à partir d'échanges et de questionnements, de mises en situations, d'exercices individuels, auto-diagnostics, etc.

Chaque séance est finalisée en fixant un axe de travail à réaliser avant la séance suivante.

DURÉE

3 à 5 séances de 2 heures.

MÉTHODE PÉDAGOGIQUE

- Le coach est un accompagnateur de changement.
- C'est un "accoucheur" qui stimule chacun à se développer.
- Le coach s'engage à respecter une totale confidentialité sur toutes les informations échangées pendant les séances.

PROFIL DES STAGIAIRES

Tout acteur de l'entreprise qui prend la responsabilité de sa propre évolution, souhaite se donner les moyens de découvrir et mettre en oeuvre ses propres ressources.

DATES DE FORMATION

Angers
[Nous consulter](#)

Cholet
[Nous consulter](#)

La Roche/Yon
[Nous consulter](#)

Laval
[Nous consulter](#)

Le Mans
[Nous consulter](#)

Nantes
[Nous consulter](#)

Saint-Nazaire
[Nous consulter](#)