



## COACHING INDIVIDUEL ET COLLECTIF

Le coaching est une pratique d'accompagnement pour travailler son projet professionnel et sa posture professionnelle.

**Public visé : Salariés, représentants du personnel, tuteurs, étudiants, demandeurs d'emploi / Directeurs de structures DRH / Managers / Cadres / Créateurs d'entreprise / Profession libérale...**

### POURQUOI FAIRE ?

Votre travail n'a plus de sens pour vous, vous avez l'impression d'être dans une impasse, d'avoir du mal à trouver votre place, vous éprouvez le besoin d'améliorer vos relations professionnelles.

Ce dispositif d'intervention, co construit, est la réponse à vos besoins.

Il vous offre l'opportunité de faire un travail sur soi pour envisager votre avenir professionnel avec confiance et assurance tout en maintenant votre capacité critique et de questionnement.

### QU'EST CE QUE C'EST ?

Le coaching est une pratique d'accompagnement pour travailler son projet et sa posture professionnelle.

Cet accompagnement se fait soit en individuel soit en collectif.

Il s'agit d'un dispositif sur mesure, co construit offrant l'opportunité de faire un travail sur soi pour envisager votre avenir professionnel avec confiance et assurance tout en maintenant votre capacité critique et votre questionnement éthique.

« un processus de réflexion et de créativité réalisé en partenariat avec un client pour l'inspirer à maximiser son potentiel personnel et professionnel.

Pour plusieurs, le coaching est une expérience qui change leur vie et qui améliore significativement leur perspective sur leur travail et leur vie, tout en améliorant leurs habiletés de leadership.

Le coaching aide les gens à puiser dans leur potentiel libérant des sources de créativité et de productivité jusque là insoupçonnées. » Source ICF Global.

### QUE PERMET-IL ?

Dans un environnement changeant, le coaching permet à la personne ou à l'équipe accompagnée de :

Prendre du recul par rapport aux difficultés; Identifier ses ressources ; Générer ses propres solutions ; Gagner en « puissance d'agir ; Trouver sa place ; Gagner en confiance; Faire preuve d'agilité face à l'inconnu et AGIR avec performance et pertinence.

La personne ou l'équipe accompagnée atteint plus facilement ses objectifs professionnels, tout en préservant l'équilibre avec son environnement.

C'est pourquoi, investir dans son développement professionnel et celui de ses collaborateurs, c'est permettre d'accompagner le changement et contribuer à améliorer les compétences et performances individuelles et collectives.

### A TITRE D'EXEMPLES UN ACCOMPAGNEMENT EN COACHING PROFESSIONNEL AIDE À :

Accompagner les changements, mutations;  
Renforcer sa gestion du temps;  
Transformer son stress en énergie;  
Améliorer ses compétences en management et en communication;  
Développer ses capacités à innover, à être créatif;  
Installer les conditions de sa réussite;  
Optimiser sa prise de poste et ses nouvelles responsabilités;  
Dégager de nouvelles perspectives dans le cadre de ses fonctions et de son projet professionnel;  
Créer un équilibre entre vie professionnelle et vie privée.

### VOTRE EQUIPE DE COACHS

Professionnels des ressources humaines, spécialisés dans les organisations humaines, formés à l'évaluation, de formation pluridisciplinaire, diplômé de l'université Bac+5, se référant à notre charte déontologique. des ressources humaines

#### Le coaching s'adresse aux :

Salariés / Directeurs de structures / DRH, directeurs des ressources humaines / Managers / Cadres / Créateurs d'entreprise Profession libérale / Représentants du CHS (comité d'hygiène et sécurité) et CHS-CT (comité d'hygiène et sécurité - conditions de travail) / Représentants du Personnel / Tuteurs / Etudiants Demandeurs d'emploi

#### Votre équipe de coachs :

Professionnels des ressources humaines, spécialisés dans les organisations humaines, formés à l'évaluation, de formation pluridisciplinaire, diplômé de l'université Bac+5, se référant à notre charte déontologique.

**Tarif collectif :** 250 Euros/personne la séance de 3 heures (Groupe de 6 à 10 personnes)

**Dates :** Tous les derniers jeudi de chaque mois

**Horaires :** 17 heures - 20 heures

**Lieu :** A définir

**Tarif individuel :** 150 Euros/personne la séance d'1 heure et 30 minutes

**Dates :** A définir

**Horaires :** A définir

**Lieu :** Distanciel ou présentiel