

# DU DESIR AU PLAISIR DE CHANGER ... LE COACHING DE CHANGEMENT

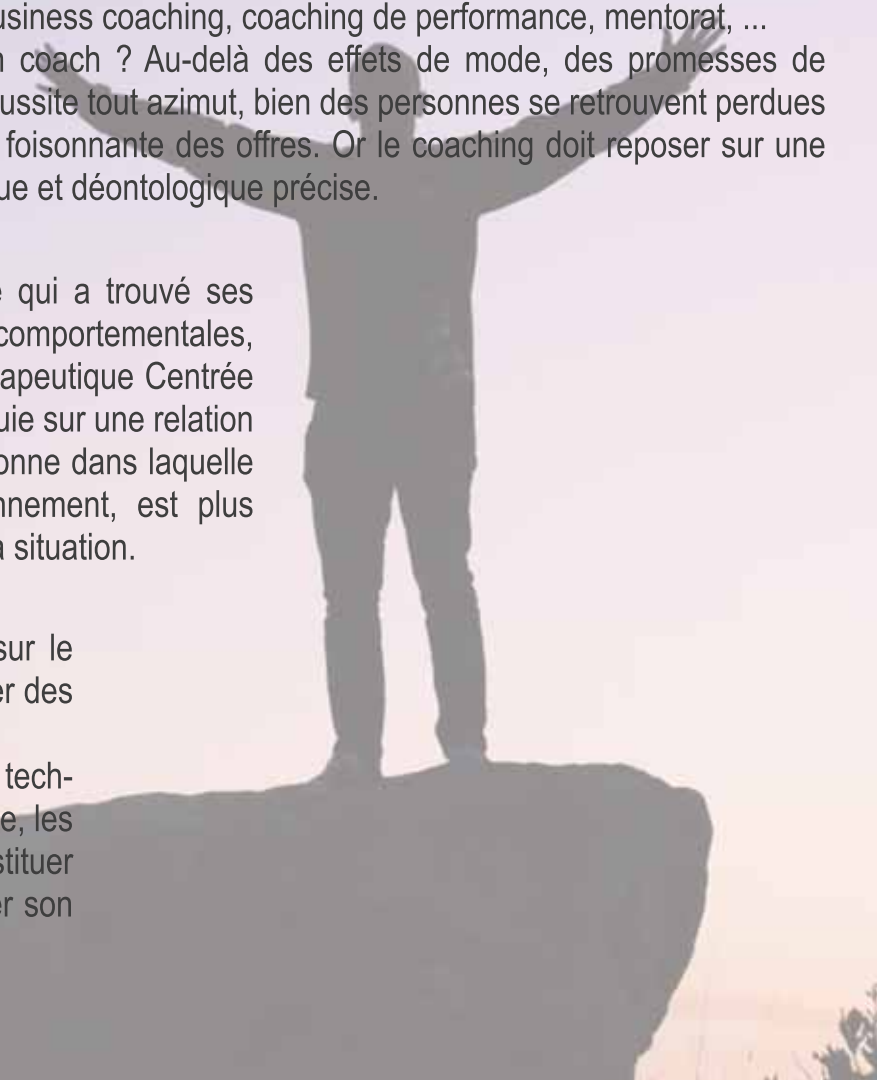
## POURQUOI ?

Life coaching, business coaching, coaching de performance, mentorat, ...  
Qui n'a pas son coach ? Au-delà des effets de mode, des promesses de bonheur et de réussite tout azimut, bien des personnes se retrouvent perdues devant la jungle foisonnante des offres. Or le coaching doit reposer sur une démarche éthique et déontologique précise.

Le coaching est une méthode qui a trouvé ses origines dans les thérapies comportementales, systémiques et l'Approche thérapeutique Centrée sur la Personne (ACP). Il s'appuie sur une relation privilégiée de personne à personne dans laquelle le coaché, dans son fonctionnement, est plus important que le problème ou la situation.

Le coaching vise une auto-transformation vers l'autonomie. En s'appuyant sur le présent pour aller vers le futur il doit permettre à la personne coachée d'adopter des attitudes, des réactions et des actions qui lui seront plus favorables.

Le coach est avant tout un « intervenant pédagogique non directif ». Formé aux techniques de l'écoute active, il est capable d'accompagner les prises de conscience, les décisions et l'auto-transformation de la personne coachée sans jamais se substituer à elle. Il a le devoir déontologique d'être lui-même en supervision pour clarifier son positionnement et son discours.





## POUR QUI ?

### **Pour toute personne en individuel**

afin d'être accompagnée dans :

- L'optimisation de ses ressources et de son potentiel
- Le développement de son autonomie
- L'identification de son mode de fonctionnement et de ses effets
- La résolution de certaines difficultés
- Les périodes de changement
- Son bilan et son projet professionnel
- Une meilleure intégration dans l'entreprise ou dans l'équipe
- Le départ à la retraite

### **Pour toute personne exerçant un rôle de management**

afin d'être accompagnée dans :

- Sa prise de fonction
- Un moment important de sa carrière
- Le développement de son leadership et de son efficacité
- La résolution de ses difficultés relationnelles et opérationnelles
- La préparation d'une intervention décisive (assemblée générale, meeting du personnel, interview, décision à prendre...)
- Le départ à la retraite

### **Pour des équipes**

afin d'être accompagnées dans :

- Leur constitution
- Leur fonctionnement interne
- Le renforcement de la cohésion et l'amélioration de l'efficacité
- Leur adaptation aux changements internes et externes
- La résolution de dysfonctionnements relationnels et fonctionnels



## NOTRE OFFRE DE FORMATION

### UN ACCOMPAGNEMENT INDIVIDUEL AU CHANGEMENT

#### Objectifs

Cette conduite accompagnée du changement s'inscrit dans une démarche volontaire d'évolution, de croissance, de développement personnel et/ou professionnel. Elle vise une amélioration attendue et durable. La prestation de coaching est tournée vers l'analyse des faits et des problèmes. La personne coachée, guidée de l'extérieur par l'accompagnant, fait l'auto-analyse de ses comportements et de ses représentations. S'ensuit alors la recherche de changements et de solutions adaptées. L'objectif est de permettre à chacun d'accoucher de ses propres solutions (maïeutique).

#### Modalités d'intervention

- **Un contrat** : un accord tripartite se met en place entre l'entreprise, le coaché et le coach. Il peut faire partie du plan de formation. Il se fait en fonction des besoins et de la demande de chacun. Ce contrat précise les modalités du coaching : sa durée, son budget, la fréquence des séances, la confidentialité, etc...
- **L'ampleur** : elle varie. Elle peut être d'une seule séance (c'est très rare), de dix à vingt séances en plusieurs mois (c'est peu fréquent), le cas général étant de six à dix séances sur 3 à 6 mois. Si le client souhaite une prolongation, le coach redéfinira les objectifs avec lui.
- **La durée de chaque séance** : de une à trois heures.
- **Le lieu** : défini par le contrat. Au cabinet du coach ou en entreprise.