

Durée : 1.5 heures.

Public :

Toute personne souhaitant développer ses compétences, améliorer et booster ses capacités. Dernière MAJ : Avril 2024

Objectifs :

Notre définition du coaching : L'art d'accompagner une personne ou une équipe dans l'atteinte de ses objectifs par la mise en action et le développement de son autonomie.

Pré-requis :

Pour entamer l'accompagnement de façon optimale le collaborateur coaché peut réfléchir plus finement aux objectifs pour les préciser et proposer des critères d'évaluations permettant de valider la progression du coaching et l'atteinte des objectifs, ils doivent être précis et vérifiables.

Méthodes :

Le programme de coaching comprend 10 séances de 90' espacées de quinze jours pour garder la dynamique du changement et permettre entre deux séances l'acquisition des outils et l'expérimentation nécessaire, l'actualité du moment sera explorée pour la confronter aux objectifs établis.

Les lieux de rencontre pourront être définis d'une séance sur l'autre en fonction des agendas du coach et du coaché.

Evaluation :

Avant le démarrage du coaching 3 grands objectifs sont définis. Dernière MAJ : Avril 2024

Le coach est tenu au secret professionnel et au respect de la déontologie

- Le respect de la confidentialité pour ce qui concerne le client.
- Le respect du client, de sa personne, de ses choix.
- Le respect de la finalité du coaching : développer l'autonomie de la personne.

Les différents aspects du coaching individuel

Vous développer vous-même

Améliorer votre relation aux autres

Transformer votre environnement

Les types d'accompagnement

Coaching de résolution, quand l'objectif consiste à résoudre un blocage personnel, qui freine votre réussite.

Coaching de développement, quand le résultat visé concerne l'acquisition de nouvelles compétences (relationnelles notamment)

Coaching stratégique, quand le travail consiste à transformer votre contexte de travail.

En pratique, quels que soient les types de coaching, ils portent souvent sur plusieurs aspects à la fois : votre état intérieur, votre posture, votre efficacité personnelle, la dynamique de votre système relationnel, votre vision d'avenir, votre prochain challenge, le projet que vous souhaitez élaborer pour fédérer les énergies autour de vous, etc?

Missions du coach

Le coach considère son client comme un partenaire.

Tous deux déterminent ensemble l'objectif, le cadre, et les résultats attendus et

Le client reste le seul responsable de ses propres objectifs.

Le coach est un expert du processus de coaching et reste maître du cadre.

Son rôle de partenaire requiert qu'il soit dans la position de comprendre les enjeux professionnels de son client sans toutefois être l'expert du métier de celui-ci.

Le coach posera les bonnes questions, le client trouvera ses réponses.

Le rôle du coach

Découvrir et clarifier ce que le client souhaite accomplir pour établir un contrat fondé sur un objectif mesurable et daté, assorti d'indicateurs de résultat.

Aider le client à identifier ses motivations, ses stratégies et ses compétences.

Montrer au client l'ensemble des options qui s'offrent à lui.

Confronter le client à ses engagements ou à sa problématique, si cela peut le faire progresser.

Aider le client à dévoiler l'ensemble des options qui s'offrent à lui.

Aider le client à produire ses propres solutions et ses stratégies.

Le coach engage sa responsabilité, alerte son client lorsqu'il constate des dysfonctionnements et met fin au contrat s'il estime qu'il ne lui est pas possible de continuer cette relation de coaching.