
Coaching individuel

« Celui qui déplace la montagne, c'est celui qui commence par enlever les petites pierres. »

Confucius

Le **coaching individuel** vous entraîne dans un **processus d'apprentissage et de changement** dont vous restez seul acteur et maître de vos décisions, actions et réalisations. En miroir humain, votre coach s'inscrit comme partenaire de confiance pour vous accompagner, vous aider à identifier les obstacles à surmonter, clarifier, élaborer des plans d'actions et déterminer des solutions vous permettant d'atteindre des objectifs réalistes et réalisables.

Cet accompagnement dans l'accomplissement et la réussite de vos objectifs ou projets va modifier votre regard sur votre situation et votre environnement.

Il a alors vocation à vous mobiliser tant sur votre développement personnel que sur votre gestion de carrière, que dans vos relations interpersonnelles ou encore sur votre environnement social.

Par une aide personnalisée, vous allez ainsi pouvoir toucher divers domaines d'applications tels que la Gestion du stress, l'Efficacité et la Performance, la Communication, l'Estime de soi, la Résolution de problème, le Leadership, la position Hiérarchique, la Relation à l'autre, l'Autonomie, l'Agilité, la prise de Décision, la Confiance en soi, l'intelligence émotionnelle, les techniques de recherche d'emploi, la prise de poste...

Limité dans le temps et dans le respect des étapes de développement et avec l'appui d'outils spécifiques et ciblés, vous allez trouver autonomie pour vous ressourcer, vous réaliser, mieux vous connaître, valoriser vos talents et potentiels, vivre mieux, vous sentir mieux et gagner un bien-être général. Ainsi, vous prenez du recul par rapport à votre travail, vos fonctions, votre environnement ; que vous soyez Applicatif, Manager, Responsable ou Dirigeant.

La pratique du coaching depuis de nombreuses années nous permet, un peu plus chaque jour, de mieux comprendre vos enjeux professionnels et leur évolution.

Soucieux de votre confiance accordée pour vous accompagner, nous vous garantissons la confidentialité et l'application de nos valeurs ; et cela, dans le respect de l'éthique et déontologie de la profession.

