



L e a r n i n g
c o a c h i n g

Trouver les
ressources en
soi et pas que...



- QuésaCo ?

Le coaching est un **outil de redynamisation personnel et professionnel** qui doit permettre au coaché de trouver des solutions par lui-même et de redevenir acteur de son **développement interrelationnel** sur les plans personnel et professionnel. Le coaching permet au coaché de s'introspecter pour comprendre sa part de responsabilité dans une situation donnée, de trouver les ressources en lui-même pour mettre en œuvre des actions concrètes et écologiques pour lui-même comme pour le système, et l'aider à prendre des décisions appropriées

- Qui ?

Managers – Dirigeants - Particuliers

- Comment ça marche?

Son format est de 5 séances de coaching de 2 heures. Chaque séance s'espace de 15 jours minimum à 1 mois maximum

Il s'appuie sur un contrat tripartite entre l'entreprise, le coaché et le coach (pour les coachings en entreprise)

Il a les mêmes visées que le coaching classique, mais sa **singularité est l'apport concret de connaissances** et/ou d'outils permettant au coaché de se former et de s'appropriier les méthodologies adéquates selon les thématiques traitées

Exemples de thématiques auxquelles s'adresse ce coaching :

- Le coaching de résolution : conflits interpersonnels, gestion du temps, gestion des priorités, gestion du stress, confiance en soi...
- Le coaching de développement : prise de nouvelles responsabilités et la montée en compétences
- Le coaching stratégique : gérer des problématiques de cohésion d'équipe





- Pourquoi ça marche !

La dimension introspective du coaching permet au coaché d'identifier en quoi il est partie prenante de son système et de comprendre en finesse, les leviers d'action et d'interaction qu'il va pouvoir activer pour faire advenir le changement désiré. Cette dimension permet également de comprendre la force à l'œuvre des soft skills, au service de l'opérationnel du coaché

Le learning coaching s'appuie essentiellement sur le quotidien du coaché, et les outils ou connaissances sont en adéquation avec celui-ci

Le coaching est impliquant puisque c'est le coaché qui choisit et décide de ce qu'il va mettre en œuvre, entre deux séances, ce qui inclut des actions concrètes et des outils concrets

Le coaché confronte et interroge ce qu'il a mis en œuvre et qui n'aurait pas fonctionné, afin de déterminer les actions correctives le cas échéant

Le coaching développe des capacités comme : la motivation, l'endurance et le dépassement de soi

Les apports concrets d'outils, de méthodologie et/ou de connaissances permettent de compléter les manques identifiés avec le coaché

- Quand ?

C'est vous qui nous le dites !

Quelles que soient les conditions climatiques, l'accompagnement se fait en extérieur (sauf en cas de tempête !)

- Où ?

En présentiel comme en distanciel

