

LE COACHING EN ACCOMPAGNEMENT INDIVIDUEL

Le coaching sur le plan professionnel

Développer des talents laissés en suspend.
Retrouver le goût de l'action.
Acquérir de l'assurance.
Gérer le stress.
Améliorer sa performance.
Mieux vivre les contraintes.
Se faire respecter auprès de son équipe.
Savoir exprimer ses compétences.
Exprimer sa motivation.

Trouver un travail ou se reconvertir.
Se préparer aux entretiens de recrutement.

Pour les entreprises, j'effectue les prestations suivantes :

- Recrutement
- Coaching individuel du salarié
- Formation

Le coaching sur le plan personnel

Améliorer son relationnel.
Prendre des initiatives.
S'accepter pour se réaliser.
Se canaliser.
Prendre sa vie en main.
Apprendre à mieux contrôler son anxiété.
Travailler sur ses ressources (confiance, estime, affirmation de soi).
Clarifier une situation et/ou un problème.
Se débarrasser d'un comportement limitant.
Vaincre ses phobies.

Le coaching sur le plan familial

Améliorer les relations au sein de la famille.
Comprendre ses jalousies ou ses rancœurs afin d'avancer.
Dépasser les rigidités relationnelles entre parents et enfants.
Négocier avec souplesse les tournants de la vie, les situations de crise, les séparations.

Le coaching sur le plan des relations sociales

Comprendre les changements non désirés.
Atteindre les changements désirés.
Trouver les moyens pour être à l'aise en société.
Capter l'attention de son auditoire afin d'exprimer ses idées, soumettre un projet...

LES FORMATIONS EN MODE COACHING

COMMUNIQUER AVEC SUCCES

« Établir un rapport de confiance pour gagner en efficacité »

Objectifs :

Réussir à se mettre en phase avec les autres.
Bien communiquer et obtenir de meilleurs résultats.
Établir des relations positives avec les autres.

L'ARGENT GAGE DE SUCCES

« Établir un rapport gagnant avec l'argent »

Objectifs :

Établir des relations gagnantes avec l'argent.
Réaliser son objectif financier.

VIVRE SA PASSION

Objectifs ;

Comprendre sa place dans sa propre organisation.
Établir un plan d'action.

MIEUX SE CONNAITRE

« Établir des relations harmonieuses avec soi et autrui »

Objectifs :

Mieux se connaître pour utiliser son potentiel.
Identifier ses pensées négatives.
Se positionner dans une dynamique positive.

Toutes les formations sont adaptables à la demande en terme de jours et de contenu.