

institut du
SELF COACHING



Institut du Selfcoaching
Tél. : 09 75 61 33 17
Mob. 06 10 18 63 93
info@selfcoaching.fr
www.selfcoaching.fr

Démarche Coaching Individuel



- ▶ **LE COACHING est un accompagnement sur mesure orienté résultats** qui a pour but d'améliorer l'efficacité des individus, des équipes et des organisations.
- ▶ **Cette prestation permet non seulement d'accroître l'efficacité individuelle et collective** mais également d'engager les bénéficiaires dans un apprentissage permettant de développer de nouvelles compétences et capacités.
- ▶ **Dans la poursuite d'objectifs pragmatiques et opérationnels**, le coaching permet d'élargir le cadre du possible et de faire éclore de nouvelles potentialités. Il permet de stimuler un regain de motivation et d'engagement et d'installer une dynamique constructive et créative.
- ▶ **Quelles que soient l'approche et la méthodologie choisie**, le coaching s'organise autour d'une compréhension et d'une vision systémique, qui prend en compte les intérêts et les enjeux pour l'individu, l'équipe et l'entreprise.
- ▶ **Pour optimiser la valeur ajoutée et démontrer clairement un retour sur investissement**, il est important d'aligner les objectifs visés par le coaching à la stratégie de l'entreprise, précisant ainsi les indicateurs de suivi et de mesure à la fois quantitatifs et qualitatifs.

► **Les apports du coach relèvent de trois facteurs clés :**

- Sa capacité à comprendre les enjeux et le fonctionnement des systèmes d'entreprise complexes
- Poser un diagnostic et élaborer une stratégie avec une feuille de route pour l'accompagnement qui prend en compte les 3 dimensions impactées : personnelle, équipe et interpersonnelle et organisationnelle
- Viser l'atteinte des objectifs définis et en même temps l'apprentissage et le développement des individus

► **Le coach met en place un espace de confiance et de partenariat :**

- Il croit fondamentalement que le coaché détient sa propre solution.
- Il autorise une expression et un travail fécond par son écoute active, bienveillante et sans a priori.
- Il aide à identifier et à dépasser les freins et les blocages qui empêchent d'avancer vers la réussite.

► **Le coach se focalise sur les informations prioritaires relevant de la problématique exposée :**

- Il facilite la prise de distance du coaché
- Il ouvre une autre vision de la situation du coaché ; il amène à faire évoluer la perception de la situation et à libérer la créativité dans la recherche de réponses les plus adaptées
- Le coach veille à l'alignement entre les valeurs personnelles du coaché et celles de l'entreprise et permet ainsi de réduire tout écart comportemental, souvent source de problème

► **Le coach protège par ses interventions et stimule par sa confiance :**

- Il permet au coaché de s'écarter de sa « zone de confort » et d'explorer de nouveaux comportements
- Il met le coaché en position de faire émerger sa solution et favorise le développement de son autonomie
- Ainsi il aide le coaché à trouver une plus grande efficacité dans son développement

Les résultats du coaching s'observent :

▶ Au niveau professionnel

- Le coaché intègre davantage les challenges et les opportunités liés à son rôle et son positionnement.
- Il progresse dans la prise de décision, renforce sa légitimité et sa crédibilité.
- Il gagne en autonomie et en performance.
- Il renforce son potentiel de contribution à l'entreprise et s'intègre dans un réseau relationnel stratégique.
- Il s'inscrit dans une dynamique d'apprentissage et d'amélioration continus.

▶ Au niveau de l'équipe

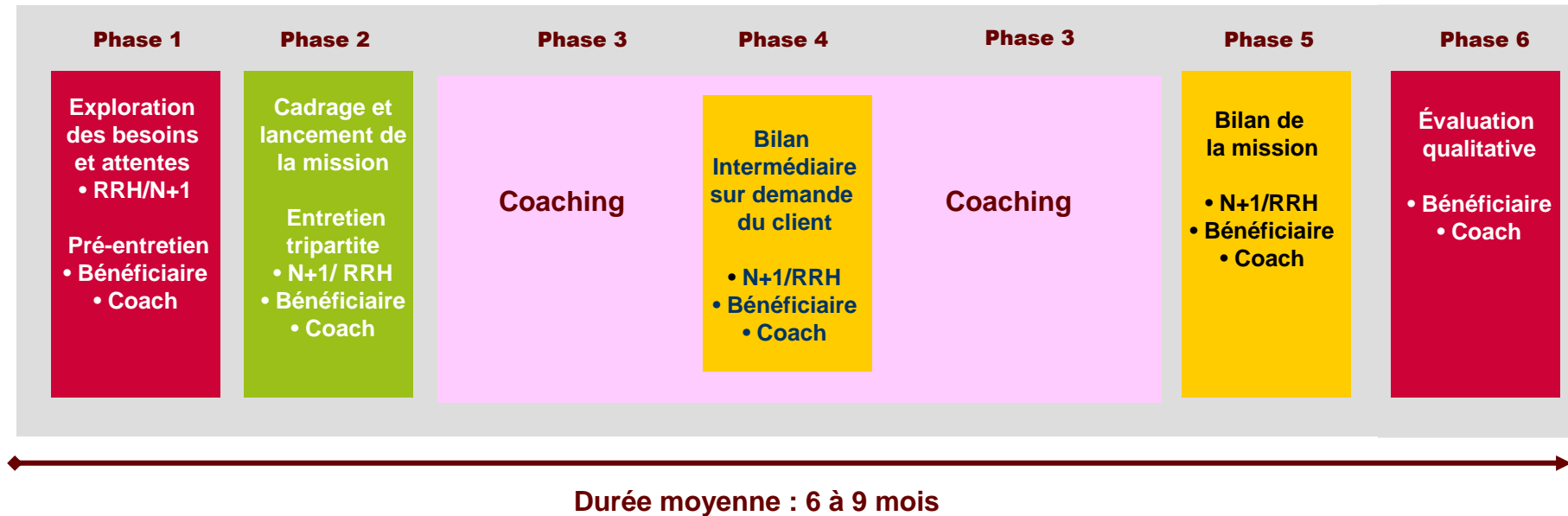
- Le coaché progresse dans sa capacité à :
 - ✓ Mobiliser et faire adhérer son équipe
 - ✓ Prévenir et à gérer les conflits
 - ✓ Gérer les personnalités complexes ou difficiles
 - ✓ Jouer le rôle d'interface avec l'entreprise
 - ✓ Développer les compétences et l'intelligence collectives.



▶ Au niveau individuel

- Le coaché connaît davantage ses forces et ses ressources ainsi que ces difficultés et challenges.
- Il intègre le complexe et l'incertain dans une vision souvent cartésienne des choses.
- Il prend du recul sur les événements pour mieux les analyser et adapter ses réponses.
- Il gère mieux le stress et la pression, réduisant ce qui nuit à la performance.

- Nous vous proposons une prestation qui se déroule en six phases :



Lieu de l'accompagnement

Les entretiens se déroulent dans un lieu neutre et confidentiel, sur place ou en notre cabinet au centre de Paris

Les modalités des entretiens

- 2 ou 3 rendez-vous tripartites ou quadripartites avec le bénéficiaire, le coach et le N+1 et/ou un membre de la DRH.
- 9 entretiens de 2 heures, à raison d'une séance toutes les 2 ou 3 semaines, en moyenne.



←—————→
Durée moyenne : 2 heures

► Des contrats de séance

- Chaque rencontre fait l'objet d'un « contrat ».
- Ce contrat précise les attentes, le thème et l'objectif de travail de la séance en rapport avec le contrat d'objectifs établi.
- L'intérêt est triple :
 - ✓ Pérenniser la mobilisation de l'individu dans la démarche
 - ✓ Fixer un cadre de travail évolutif et en cohérence avec les finalités de la mission
 - ✓ Prendre en compte les évolutions entre 2 séances

► Des synthèses de séance comportant :

- Les apprentissages.
- Un feedback.
- Les axes de progrès et les actions à mener pour l'intervalle entre 2 séances.
- Cette synthèse est élaborée par le coaché dans un support dédié à cet effet.

► Les rencontres peuvent être complétées par des points d'échange intermédiaires par téléphone ou email.



Expertises

- Coach de Dirigeants
- Coach d'équipes
- Coaching Collectif
- Supervision et formation coachs
- Evaluation des compétences
- Bilan Compétences
- Analyse et coaching des structures
- Formation
 - Management
 - Gestion du stress / conflits
 - Communication
 - Vision

Expérience professionnelle

- Depuis 2002 Coach - Consultante
- 1999 - 2001 DG Ad pepper média France (régie publicitaire)
- 1991 - 1998 Dir de Clientèle - Directeur de Publicité - IP Group
- 1986 - 1990 Chef de publicité - Le Moniteur des TP, Les Echos

Formation SciencesPo.

- Master Sociologie entreprise et strat. du changement
- 3ème Cycle Management et RH - IGS
- 2ème Cycle Communication & Media - EFAP

Certification et outils

- Certifiée Master Coach / Praticien PNL - Institut coaching Int. + 200 h
- Certifiée Analyse systémique - École Palo Alto - IGB + 500 h
- Certifiée Process Communication Management® - KCF
- Certifiée Disc - Succès Insight France
- Certifiée au Bilan Interqualia® - KCF
- Certifiée Leadership situationnel II® - Mailleux
- Certifiée 360° et 180° Odyssée - ECPA
- Certifiée Echelles de motivation Apter® - RH conseil
- Formée à la Théorie des organisations - Éric Berne - KCF

Spécificités

- Ex, Secrétaire Générale de ffcpro.org - Membre



Travail sur soi

- Psychanalyse jungienne (15 ans)
- Thérapie Brève (2 ans)
- Développement personnel (Susan Jeffers, Robert Diltz, Jim Bergquist...)



Venir à l'institut
6, rue Geoffroy L'Angevin – 75004 Paris
RDC sur rue, entrez c'est ouvert !

Par les transports en commun

Métro :

Les plus proches :
Rambuteau (ligne 11) sortie 3
Hôtel de Ville (ligne 1)

Et aussi :

Les Halles (ligne 4)
Châtelet (ligne 1, 4, 7, 11, 14)

RER : Châtelet/Les Halles (ligne A et B),

En voiture : Se garer au parking Rambuteau



Aboardage est une marque de l'Institut du Selfcoaching



GDF SUEZ

Beissier



LEGROUPECHANTELLE

