

## COACHING INDIVIDUEL

### Le développement des talents **pour déployer les potentiels**

Longtemps réservé aux seuls dirigeants et top managers, le coaching se développe désormais dans toutes les strates de l'entreprise. Grâce à l'espace protégé de parole et à l'autonomisation des personnes qu'il favorise, le coaching s'avère particulièrement adapté aux problématiques liées à la diversité : tant aux publics concernés qu'à leurs managers (tuteurs, supérieurs hiérarchiques...)

Type de coaching	Objectif	Exemples
<b>Coaching de décision</b>	Prendre une décision importante et la préparer	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Clarifier ses motivations</li> <li>• Arbitrer entre des options de même valeur objective apparente</li> <li>• Préparer sa position et ses arguments en vue d'une présentation, d'une négociation, d'une prise de parole en public...</li> </ul>
<b>Coaching de prise de poste</b>	Réussir et s'affirmer dans sa fonction	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Etre accompagné dans l'accession à de nouvelles responsabilités, à un nouveau métier ou dans une nouvelle entreprise</li> <li>• Mobiliser son potentiel</li> </ul>
<b>Coaching de performance</b>	Atteindre un objectif ou un niveau de performance (compétition, concours, contrat, événement public...)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Valider la cohérence entre l'objectif et ses propres valeurs</li> <li>• Déployer son potentiel en levant les freins internes (peur de gagner, motivations contradictoires, conduites d'échec récurrentes...)</li> <li>• Se mobiliser pour être au rendez-vous et</li> </ul>

<b>Coaching de leadership et de management</b>	Affirmer son leadership  Optimiser son style de management	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mieux fonctionner avec son équipe, son patron, ses pairs</li> <li>• Améliorer son écoute et sa communication interpersonnelle</li> </ul>
<b>Coaching de résolution</b>	Surmonter une difficulté ou un blocage	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Clarifier et dépasser un conflit</li> <li>• Sortir d'une problématique récurrente : manque d'efficacité, stress, blocage relationnel, problème de confiance en soi ou d'estime de soi, « peur de gagner », conduite d'échec devant le succès...</li> </ul>
<b>Coaching de soutien</b>	Traverser un passage difficile dans un contexte de fragilisation individuelle	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Surmonter un échec personnel ou professionnel</li> <li>• Retrouver une dynamique</li> <li>• Redémarrer après un accident de la vie ou « un passage à vide »</li> </ul>
<b>Coaching d'intégration</b>	S'intégrer et communiquer	<ul style="list-style-type: none"> <li>• S'adapter à un nouveau contexte professionnel</li> <li>• Communiquer de façon pertinente et authentique avec son nouvel environnement</li> </ul>
<b>Coaching d'évolution ou de transition</b>	Bien vivre le changement	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Etre accompagné sur les enjeux du changement choisi ou subi</li> </ul>
<b>Coaching de développement personnel</b>	S'accomplir dans la durée	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Optimiser son développement individuel dans les différents aspects de sa vie, pour renforcer sa cohérence interne et développer sa motivation</li> </ul>