

Coaching individuel

Avec Annick Milet Wagner, Coach Certifiée

Public concerné

Cet accompagnement s'adresse à tous les professionnels.

Présentation

Mettre en place un projet,
Débuter dans de nouvelles responsabilités,
Gérer son équipe avec sérénité,
Augmenter sa confiance en soi,
Trouver sa place au sein d'une équipe,
Prendre une décision,
Maîtriser son niveau de stress,
Préparer une intervention,
Savoir dire "non", savoir dire "oui"...

Voici quelques uns des thèmes traités en Coaching.

Le Coaching qu'est-ce que c'est ?

*"Le coaching est l'accompagnement d'une personne à partir de ses besoins professionnels pour développer son potentiel et son savoir-faire."
(d'après la Société Française de Coaching)*

Être coaché, c'est avoir un supporter qui croit en vous,
Qui analyse avec vous les situations auxquelles vous devez faire face,
Vous fait prendre conscience de vos ressources
Vous aide à trouver la meilleure voie.

Objectifs et méthode

"Les gens qu'on interroge, pourvu qu'on les interroge bien, trouvent d'eux même les bonnes réponses." Socrate

La méthodologie de questionnement est basée sur la progression suivante:

- 1) Définition et vérification de l'objectif choisi
- 2) Analyse de l'état présent
- 3) Etude des ressources et freins
- 4) Recherche d'options, de stratégies
- 5) Décision et action
- 6) Suivi et analyse.

Différents outils de coaching, de PNL (Programmation Neuro-Linguistique) ainsi que la modélisation Belbin® (rôles en équipe) peuvent être utilisés.

A l'Institut ODeF, à Genève, sur rdu

(à Lausanne et Montreux sur rdu également)

Séances individuelles de 1h à 1h30.

Prix : sur demande **La première séance de rencontre est gratuite.**

Contact : annick.milet@odef.ch / tél : 078 773 02 55