



Accompagnement-réussite

## COACHING INDIVIDUEL

Découvrez un outil très puissant pour atteindre et dépasser vos objectifs individuels ; simple et ludique avec un important retour sur investissement **#laForceEstEnVous !**

## **POURQUOI LE COACHING ?**

- Pour **réussir** à se mettre pleinement en condition de réussite face à une problématique (*relationnel, changement, management, communication, leadership, confiance en soi, prise de poste, stress, ...*) permettant de progresser et libérer son potentiel pour atteindre ses objectifs
- Démarche personnalisée orientée objectifs SMART et ciblée sur les forces intérieures et les ressources de la personne coachée

## **LA DEMARCHE**

- Définition de votre besoin/problématique, analyse de la demande, établissement du contrat de coaching, exploration de solutions, plan d'action (élaboré en fin de coaching afin de se mettre en action et atteindre ses objectifs)
- Accompagnement sur-mesure de 4 à 10 séances de 1h15 - et limité dans le temps (3 et 6 mois)
- Outils utilisés : échange-questionnement, prescriptions d'exercices (talents, drivers, valeurs, besoins, DISC...), feed-back, tests, ...
- Les entretiens sont réalisés en présentiel dans un endroit 'neutre' permettant de se livrer sans contrainte, ou en visio

## **LES BENEFICES**

- Une véritable prise de recul avec plus d'objectivité
- Rassembler vos forces pour agir et réussir
- Des progrès constatés à chaque séance
- Simplicité, efficacité, et orientation résultat



## **VOTRE COACH**

### • **Aurélien MOINET :**

- Coach professionnel certifié RNCP par l'Ecole Supérieure de Coaching LYON
- Fort d'une expertise de plus de 10 ans d'accompagnement et de coaching au sein d'équipes commerciales de la PME aux grands groupes (individuel et collectif)
- Adhérent de l'association française du coaching professionnel suivant un code de déontologie
- Supervisé par mes pairs
- Valeurs : bienveillance, passion, humain, réussite, plaisir, respect, dynamisme

### **TÉMOIGNAGE**

*" Je me suis orientée vers un coaching individuel avec Aurélien qui m'a accompagné avec bienveillance et sans jugement à un plan d'action spécifique avec des objectifs clairs (dont pour certains déjà à présent résolus).*

*Cette expérience, aussi sympathique qu'active et réfléchie, fut pour ma part révélatrice. Et ce travail avec Aurélien, coach attentif passionné, fût, ce « coup de pouce de la vie », qui encore mieux que celui qu'on attend devient celui qu'on déclenche... "*

**Alexia Brebant-Bourry – Architecte d'Etat Paris**