

COACHING



CONTACT

Camille ESPINASSE
coaching@cdg56.fr
02 97 01 52 81

QU'EST-CE QUE LE COACHING ?

- Un accompagnement individuel basé sur un travail de questionnement
- L'exploration de nouvelles options
- La découverte et la mobilisation de ressources pour mener à bien un projet, résoudre une problématique



Des projets

Des changements

Des difficultés

Des questionnements

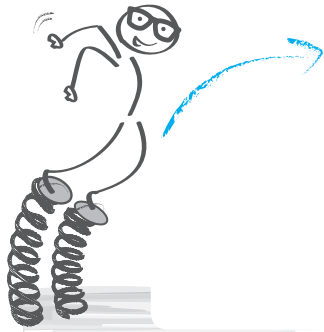
En pratique, par exemple

Pour un agent confronté à :

- une situation de changement (individuel ou collectif)
- un nouveau poste, de nouvelles responsabilités, le management d'une nouvelle équipe ou d'anciens collègues
- mener un nouveau projet
- des difficultés d'efficacité dans son travail, de gestion du temps et/ou de priorisation, organisation, planification, communication
- des difficultés dans la mise en œuvre d'un projet, d'atteinte d'objectifs
- des difficultés relationnelles avec un responsable, des collègues, des usagers
- la reprise d'un poste après une période d'arrêt, d'inactivité, etc.
- des changements d'activités, d'organisation, d'équipe
- du stress, de la perte de confiance, de la perte de motivation
- une situation de blocage
ETC.

Pour un encadrant qui souhaite ou à qui l'on demande :

- d'adapter son management aux enjeux, aux personnes et aux situations professionnelles
- de se positionner, de s'affirmer dans sa fonction
- de créer une dynamique d'équipe et de développer les potentiels du service.
ETC.



- La compréhension de son propre fonctionnement et de ses comportements
- Une prise de hauteur et une analyse des enjeux relationnels et professionnels existant dans son environnement
- La mobilisation et la stimulation de son potentiel et de ses ressources (internes ou externes)
- L'identification et la mise en œuvre de ses propres solutions
- L'amélioration de son niveau de performance et d'autonomie
- L'acquisition de davantage d'autonomie



Un coaching permet à la personne accompagnée de passer d'un espace problème/projet à un espace solution. Cette démarche porte toujours en elle un apprentissage qui installe des ressources réutilisables dans l'avenir, ces ressources étant essentiellement des comportements et des capacités.

LE COACH S'APPUIE SUR

- une **déontologie** : il est tenu au secret professionnel et à la confidentialité, il ne porte pas de jugement.
- une posture d'**écoute active et bienveillante**.
- une **technicité** et une **expertise** spécifiques.