

# LE COACHING INDIVIDUEL EN ENTREPRISE

## PUBLIC

Cadres d'entreprise ou d'organisation professionnelle désireux de trouver des solutions aux problématiques rencontrées dans son contexte professionnel. En accord ou à la demande de l'entreprise, le coaching est l'accompagnement sur mesure d'une personne pour trouver des solutions aux problématiques rencontrées.

## NIVEAUX D'INTERVENTION

Le coach personnel peut aider le cadre à différents niveaux d'intervention, à savoir :

- ✓ Coaching centré sur la personne : traite de problèmes personnels (attention le coaching n'est pas une thérapie)
- ✓ Coaching centré sur les relations : résout par exemple une difficulté de communication avec un collègue
- ✓ Coaching de managers : aide le manager à mieux comprendre ce qui se passe dans son groupe et à agir pour changer une situation collective négative en dynamique de croissance.
- ✓ Coaching de dirigeant : résout une problématique similaire à la précédente, située au niveau la structure entière.

Voici quelques situations classiques du coaching :

Prise de décision – Prise de poste de management sans expérience – Conflit relationnel – Objectif de performance ambitieux – Evolution du métier et des pratiques professionnelles – Mauvaise nouvelle à exprimer à une équipe

## LE COACHING

Le coaching professionnel est l'accompagnement de personnes ou d'équipes pour le développement de leurs potentiels et de leurs savoir-faire dans le cadre d'objectifs professionnels. (Définition de la *SFCoach*).

L'alliance entre le coach et son client repose sur la volonté de changement réelle du coaché et sur le professionnalisme du coach. Les deux personnes travaillent ensemble pour atteindre les objectifs du coaching, en particulier en respectant les modalités convenues (horaires, paiement, etc....)

## LE COACH

Le coach est un professionnel qui a reçu une formation générale de coach, qui dispose d'une déontologie affichée et respectée, qui a fait sur lui-même un important travail de développement personnel.

## LE PROCESSUS D'ACCOMPAGNEMENT

- Entretien d'exploration permettant de dessiner le contexte et de fixer les résultats attendus.
- Elaboration d'une proposition
- Signature d'un contrat
- Travail d'accompagnement (généralement réalisé sur 3 à 6 mois)
  - Etablir la confiance
  - Cerner les objectifs du coaché
  - Accompagner le coaché sur les situations vécues et dans le sens des résultats attendus
  - Bilan du Coaching

## LES SEANCES

Nombre et durée : Il n'y a pas de durée standard du coaching, mais la moyenne tend vers une durée de 15 à 20 heures (8 à 10 séances) réparties sur 3 à 6 mois. Cependant cela pourrait prendre 3 ans pour un changement complet d'orientation professionnelle ou une seule séance pour prendre une décision.

Fréquence : hebdomadaire à mensuelle

Lieu : au cabinet du coach, dans l'entreprise ou l'organisation, ou dans un lieu neutre.

Méthodes : s'appuient sur les situations concrètes apportées par le coaché.

Entre les séances : mise en pratique par le coaché de ce qui a été vu en séance et possibilité de courts contacts par mail ou par téléphone.

---

*NB : le coaching n'est pas du conseil – le coaching n'est pas une thérapie – le coaching s'exerce de façon contractuelle*