

# Le Coaching : un outil de développement personnel

Le coaching professionnel est une **démarche d'accompagnement individuel** qui permet de mieux se situer et agir efficacement dans son environnement professionnel. Le coach aide ainsi le collaborateur à trouver ses propres solutions à partir des ressources dont il dispose.

**La démarche de coaching intègre tant les besoins et projets personnels du bénéficiaire que les objectifs de son organisation.**

À partir d'une méthode essentiellement basée sur le questionnement et l'analyse des situations vécues, le collaborateur est invité à :

- élargir sa compréhension des situations ;
- découvrir de nouvelles options d'action.

**En « l'aidant à s'aider », le coaching développe chez le collaborateur son autonomie, sa lucidité** et ainsi son propre confort et la qualité de sa contribution aux résultats de l'entreprise.

Cet **outil** peut, notamment, être **approprié pour** aider un collaborateur à :

- mener à bien un projet de changement ;
- prendre de nouvelles responsabilités ;
- progresser dans ses compétences managériales ;
- améliorer l'efficacité de ses relations de travail.

Pour être efficace, cette **démarche implique quelques conditions** :

- le volontarisme du futur coaché tant dans les modalités mises en œuvre que dans le choix même du coach ;
- le libre choix du coach ;
- l'établissement d'une relation de confiance ;
- une stricte confidentialité ;
- un cadre clairement défini.

## • Une **démarche** définie en plusieurs **étapes**

### **Analyse de la demande**

- Avec le bénéficiaire et le commanditaire de l'organisation (Responsable R.H. et/ou Responsable hiérarchique).

### **Proposition de contrat**

- Ce document, préalablement approuvé par le coaché, précise les objectifs, les éventuels indicateurs de suivi, la démarche, le lieu, le nombre et la durée des séances, le budget ainsi que les modalités de bilan.

### **Validation du contrat**

- Par le bénéficiaire et le commanditaire de la démarche lors d'une première rencontre tripartite.



### **Annick Aimé Conseil**

29 place de la Cour souveraine **76160 Saint Martin du Vivier**

67 rue de Reuilly - Cour Alsace Lorraine n°10 **75012 Paris**

Tél. **02 32 10 64 28** · Mobile **06 74 09 20 93** · [contact@annickaimeconseil.fr](mailto:contact@annickaimeconseil.fr)

# Le Coaching : un outil de développement personnel

## Déroulement des séances

- 6 à 10 séances d'une durée moyenne de 2 heures, sur une période de 3 à 5 mois.
- Dans le cadre prédéfini par le contrat, les objectifs font l'objet d'ajustements selon les besoins du moment.

## Point intermédiaire

- Il peut être prévu, si cela s'avère nécessaire, un point intermédiaire afin d'adapter de nouveaux objectifs en lien avec l'évolution constatée.

## Travail entre les séances

- C'est l'occasion pour le coaché d'expérimenter, de s'exercer selon les indications convenues lors des séances.

## Bilan final

- Nouvelle occasion d'une rencontre tripartite, ce rendez-vous de travail est l'occasion de mesurer les résultats et mettre en lumière les éventuels points de vigilance à considérer dans les mois qui suivent.

## • Conditions financières

**Nous consulter.** Elles sont définies selon la durée de l'accompagnement.

### La facturation des honoraires s'effectue de la façon suivante :

- 50 % à la signature du contrat ;
- 50 % à l'issue de la dernière séance de coaching.



## Annick Aimé Conseil

29 place de la Cour souveraine 76160 Saint Martin du Vivier  
67 rue de Reuilly - Cour Alsace Lorraine n°10 75012 Paris

Tél. 02 32 10 64 28 · Mobile 06 74 09 20 93 · [contact@annickaimeconseil.fr](mailto:contact@annickaimeconseil.fr)