# Coaching individuel : Développer son potentiel personnel et professionnel

Dans un secteur en perpétuelle évolution, les professionnels de santé et du médico-social doivent faire face à des défis complexes touchant à leur bien-être, leurs compétences, et leur équilibre entre vie professionnelle et personnelle. Le coaching individuel se positionne comme une solution sur-mesure pour accompagner ces professionnels dans leur développement personnel et professionnel. En favorisant la prise de conscience, la gestion des émotions et l'acquisition de nouvelles compétences, le coaching contribue à renforcer la résilience et à clarifier les trajectoires de carrière.

# **Objectifs**

- Accompagner le développement personnel et professionnel
- Renforcer la résilience émotionnelle
- Améliorer les compétences relationnelles et organisationnelles
- Favoriser l'épanouissement personnel

# Le + de la formation

# Public concerné et Prérequis

- Public concerné : Tout professionnel de santé ou du médico-social : soignants, médecins, cadres, managers.
- **Prérequis** : Une volonté d'engager une démarche de développement personnel et de réflexion sur son parcours.

# **Programme**

- 1. Phase de diagnostic et cadrage
  - Réunion tripartite (coach, coaché, N+1) :

- Définition des attentes, des objectifs, et du cadre d'accompagnement.
- · Analyse initiale:
  - Diagnostic des besoins et identification des points de blocage.

## 2. Séances de coaching individuel

- Nombre de séances :
  - Entre 6 et 9 séances de 1h00 à 1h30, en fonction des objectifs définis.
- Contenu des séances :
  - Outils et processus pour dépasser les blocages identifiés.
  - Actions inter-séances pour ancrer les apprentissages et mesurer les progrès.
- Approche réflexive et personnalisée :
  - Évaluation des résultats obtenus et ajustements si nécessaire.

#### 3. Phase de hilan

- Réunion tripartite de clôture :
  - Analyse des résultats, ancrage des bénéfices, et recommandations pour la suite.

## **Votre intervenant**

Nos coachs certifiés disposent :

- D'une expertise en coaching individuel : Formation certifiée et expérience avérée dans le secteur sanitaire et médico-social.
- **D'une approche personnalisée** : Capacité à adapter les outils et méthodes aux besoins spécifiques du coaché.
- **D'une méthodologie éprouvée** : Techniques combinant réflexivité, actions concrètes, et suivi rigoureux.

# Notre démarche pédagogique

- Diagnostic précis : Identification des attentes et des axes d'amélioration.
- Approche personnalisée: Séances adaptées aux besoins individuels et au rythme du coaché.
- Suivi structuré : Actions concrètes entre les séances pour maximiser l'impact.
- Confidentialité garantie : Un cadre sécurisé favorisant l'expression et l'engagement.

#### Livrables

- Plan d'action structuré et individualisé.
- Synthèse des apprentissages (si demandé par le coaché).
- Recommandations pour poursuivre le développement personnel et professionnel.

## **Evaluation**

- Analyse des progrès réalisés à chaque séance.
- Feedback du coaché sur les outils et méthodes utilisés.
- Bilan final partagé pour valider les acquis et identifier les prochaines étapes.

## Intra

Durée: Adaptable selon vos besoins

Tarif: Devis personnalisé sur demande

<u>Demande de contact</u> <u>Demande de devis</u> <u>Pré-inscription</u>

Dernière modification le 30 juillet 2025 à 17h25

FORMAVENIR PERFORMANCES 139 avenue Jean Jaurès - 75019 PARIS 01 53 19 80 30 contact@formavenir-performances.fr