

Coaching individuel

Avancer sur ses enjeux professionnels avec un regard extérieur, exigeant et bienveillant : le coaching individuel accompagne les personnes pour identifier leurs propres ressources internes afin de révéler leurs capacités et renforcer leur posture.

Présentation

Le coaching individuel est un accompagnement personnalisé, construit autour des enjeux propres à chaque personne. Il repose sur une série d'entretiens individuels au cours desquels le coach aide le participant à clarifier sa situation, à identifier ses leviers d'action et à avancer concrètement sur ses objectifs. Chez nũone, ce coaching est dispensé par deux coaches certifiés ICF, ce qui garantit un cadre déontologique rigoureux et éthique.

À qui s'adresse le coaching ?

Dirigeants	Membres de CODIR	Managers	Collaborateurs	Toute personne souhaitant gagner en clarté et efficacité face à une situation professionnelle
------------	------------------	----------	----------------	---

Les enjeux traités

● Prise de poste ou nouvelles responsabilités	● Affirmation du leadership et posture managériale
● Gestion des relations et des tensions au sein des équipes	● Conduite du changement et pilotage de projets complexes
● Gestion du stress, de la charge et des priorités	● Clarification d'un projet professionnel ou d'une décision importante

Avancer concrètement sur ses objectifs.

Créer un environnement de confiance, basé sur une relation humaine sincère et bienveillante. Fidèle à notre approche, ce coaching est pragmatique. Chaque séance part de la réalité du participant et traite d'une thématique. Le coach accompagne le coaché pour lui permettre d'identifier et construire ses propres solutions. Chaque parcours est adapté à son contexte et à ses objectifs. L'ensemble est résolument tourné vers la mise en action, pour des avancées concrètes et mesurables.

Avec quoi repartent les coachés ?

- Une vision plus claire de leur situation.
- Des marges de manœuvre identifiées.
- Des pistes d'actions concrètes adaptées à leur contexte.
- Des outils et réflexes pour atteindre la situation désirée.
- Une posture professionnelle renforcée.

Les bénéfices

- Confiance en soi renforcée et affirmation de soi.
- Prise de décision facilitée.
- Efficacité opérationnelle optimisée.
- Plus grande autonomie.
- Sérénité améliorée.
- Meilleur accompagnement de ses équipes.

Ce qui fait la différence chez nũone

Deux coachs certifiés, un processus clairement défini, un cadre éthique et déontologique et une approche humaniste. Des séances pragmatiques et concrètes, qui partent du réel du coaché et débouchent systématiquement sur des pistes d'actions mesurables.

DURÉE :

À définir ensemble - minimum 5 séances

TARIF :

Dirigeant : 350 € HT / heure
Manager, collaborateur : 250 € HT / heure
Particulier : nous contacter

Échanger avec nũone

www.nuone.fr