

## COACHING PROFESSIONNEL

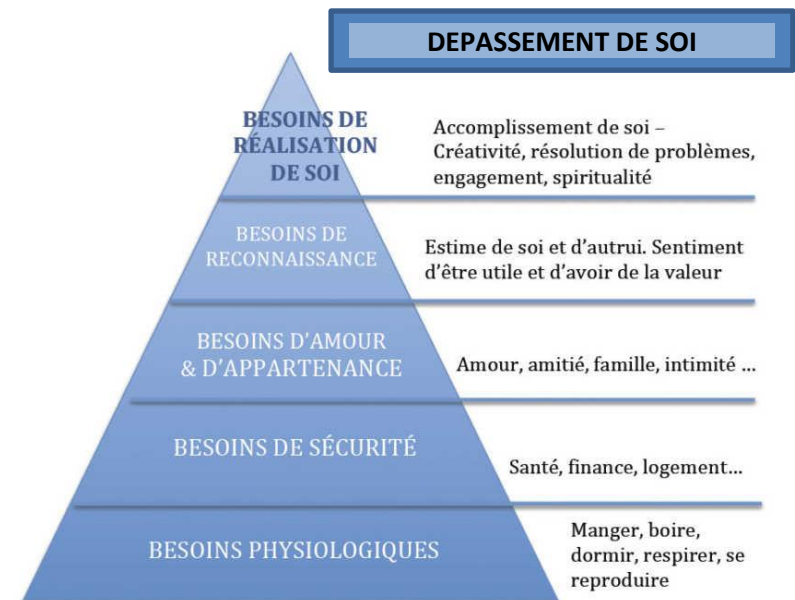
### DEFINITION

Le coaching 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.

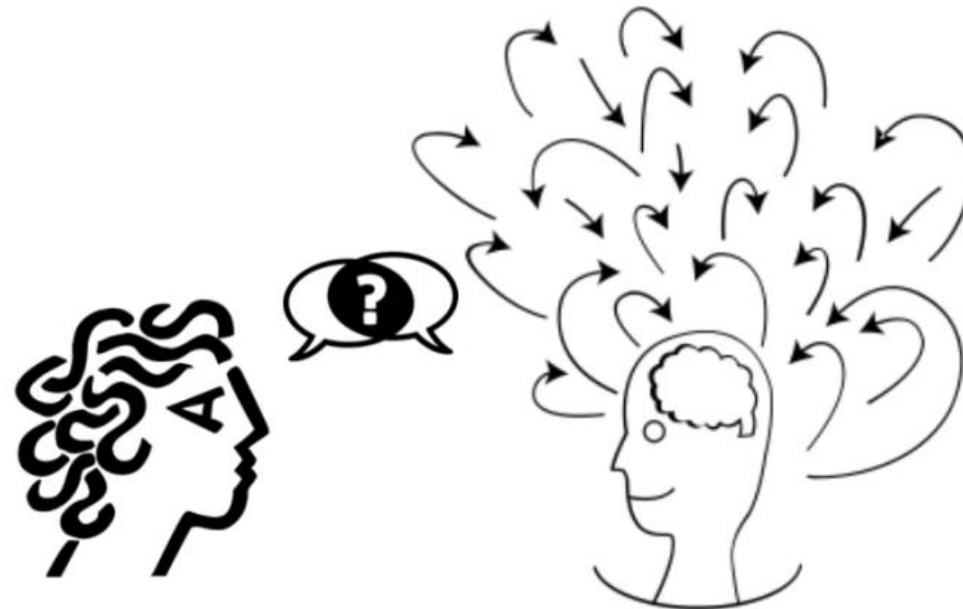
Selon Maslow, ces besoins sont hiérarchisés, cela signifie qu'un besoin de niveau inférieur doit normalement être comblé avant que celui du niveau supérieur prenne de l'importance.

La pyramide de Maslow établie par le sociologue du même nom référence les différents besoins :

- Les besoins physiologiques (alimentation, vêtement, habitat,..)
- Les besoins de sécurité
- Les besoins d'appartenance (à un groupe social)
- Le besoin d'estime
- Le besoin d'auto-expression ou d'auto-réalisation



Le coaching professionnel est **une relation suivie** dans une période définie qui permet au client d'obtenir **des résultats concrets** et mesurables dans sa vie professionnelle et/ou privée, en se fondant sur la science de la maïeutique (art de faire émerger des solutions dans l'esprit de celui que l'on accompagne)



*Selon Socrate « l'art de faire accoucher les esprits »*

C'est un processus évolutif car il travaille avec une conscience holarchique (corps, mental, esprit)



## CONTEXTE & ENVIRONNEMENT

Faire appel au coaching c'est choisir **un partenaire neutre** qui respecte vos réflexions et vos décisions.

La **technique d'accompagnement** du coach est **basée sur le questionnement**. Cette approche génère des prises de conscience favorables au changement et à l'action en autonomie.

Il vous permet d'agir en mobilisant vos ressources, tout en vous faisant des **retours constructifs, pertinents et bienveillants** sur vos actions.



## OBJECTIF DU COACHING

Dans le cadre professionnel, l'objectif du coaching est de déterminer un projet de formation, une orientation professionnelle, en prenant en compte, ses valeurs, croyances, ses convictions, ses connaissances et compétences ainsi que sa motivation et ses aptitudes personnelles.

Le coach considère son client comme un **partenaire**. Tous deux déterminent ensemble l'objectif, le cadre, et les résultats attendus et le client reste le seul responsable de ses propres objectifs. En ce sens, il est maître du contenu.

Le coach est un expert du processus de coaching et reste maître du cadre. Son rôle de partenaire requiert qu'il soit dans la position **de comprendre les enjeux professionnels de son client** sans toutefois être l'expert du métier de celui-ci. Le coach posera les bonnes questions, le client trouvera ses réponses.

C'est un travail de **développement personnel**, qui permet de le conforter dans sa stratégie de reconversion professionnel, de créateur de projet...

## LES ETAPES DE BASE D'UN COACHING

- 1 - L'entretien de prise de contact /échange
- 2 - La définition et la clarification d'objectifs par le coaché
- 3 - Définir les réalités face à cet ou ces objectifs
- 4 - Etudier les options à définir
- 5 - Etablir le plan d'action et responsabiliser le coaché
- 6 - Etablir le bilan

## DIFFERENTS TYPES DE COACHING

### LE COACHING D'INTEGRATION

Prise de poste d'un nouveau collaborateur

Une intégration réussie permet au salarié de s'adapter plus rapidement, de garantir sa réussite dans le poste par un développement professionnel optimal, elle est source de motivation et fidélise le salarié par rapport à l'entreprise.



### LE COACHING DE PERFORMANCE

Dans le cadre de difficultés liées à son poste de travail

Le coaching de performance est l'**accompagnement** d'un dirigeant, d'un manager, ou d'un ingénieur commercial, dans la résolution de ses difficultés professionnelles et le recouvrement de l'efficacité attendue.

A défaut de recommander des orientations ou nouvelles approches pour atteindre la performance, ce mode de coaching aide les accompagnés à comprendre la nature des obstacles et des difficultés qu'ils rencontrent sur le chemin de leur objectif.

Il promeut l'émergence de solutions opérationnelles et humaines de la part du coaché, au service de la réanimation de sa performance.



## **LE COACHING DE DEVELOPPEMENT** (d'épanouissement)

Bilan et remise en question, reconversion et transition

Développement s'oppose à « enveloppement ». Le développement personnel est donc un cheminement consistant à « sortir de sa coquille », pour passer d'un état statique, de fermeture, de contraction à une progression, une évolution, une expansion.

De nombreuses études ont été faites et ont prouvé qu'une personne qui a le bon état d'esprit face à une situation en particulier, a plus de chance de succès qu'une autre, qui n'aura pas été entraînée de la même façon.



## **LE COACHING D'ASSURANCE**

Maintenir le coaché dans un cadre de productivité sans pression mais les mêmes objectifs de résultats

## SITUATIONS & STRATEGIES DE CARRIERES

Le coaching est l'art d'accompagner un individu ou un groupe, l'amener à découvrir son potentiel pour le conduire vers son autonomie et sa responsabilité. C'est ouvrir en lui un espace du possible en clarifiant avec lui ses objectifs professionnels et personnels

- Réfléchir à son projet professionnel
- Concrétiser son nouveau projet
- Préparer ses entretiens
- Gérer un changement ou une reconversion de carrière
- Développer son relationnel

Les différentes situations concernées :

- Prise de nouvelles fonctions
- Dépassement d'une problématique professionnelle
- Conduite de changement
- Conflits managériaux ou crise sociale
- Développement personnel et professionnel
- Gestion des émotions, de problématiques dans la communication, du stress



## LE COACHING POUR QUI ?

### Le coaching des salariés :

- Maîtriser une reconversion professionnelle
- Réussir une intégration
- Accueillir le changement
- S'affirmer au sein d'une équipe
- Apprendre à communiquer
- Concilier vie privée et vie professionnelle
- Gérer la dégradation d'une relation avec son N+1...



Le coaching professionnel est un dispositif d'accompagnement aux salariés de plus en plus livrés à eux-mêmes pour **s'adapter aux changements**.

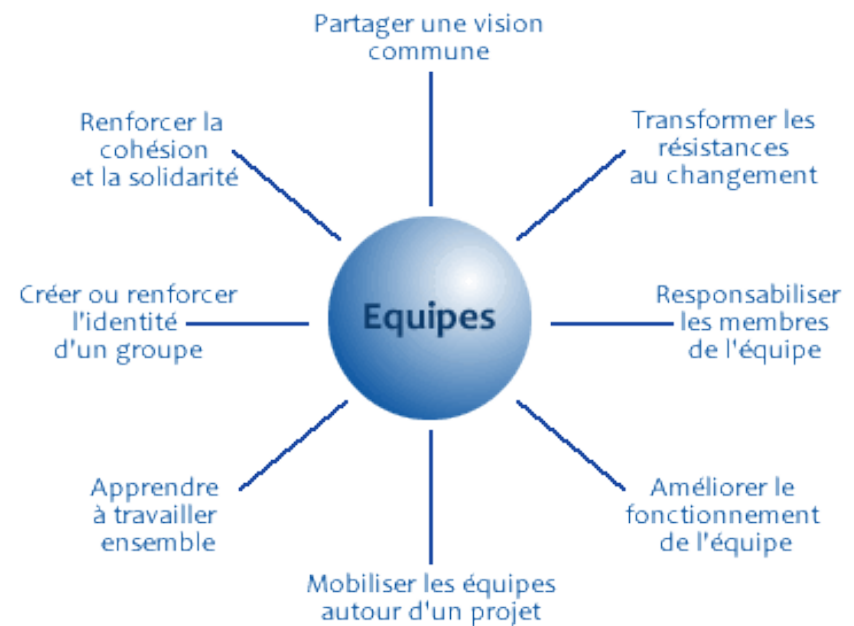
C'est aussi une rencontre avec soi-même et des réponses pour **optimiser son efficacité** et sa qualité de vie au travail. Le coaching professionnel est valorisant, basé sur l'écoute et l'implication du salarié mis en situation d'autonomie.



Le coaching intervient en entreprise, au sein d'une BU, d'un département, d'une équipe..., et peut faire partie intégrante de la gestion et du **management des équipes**.

## Coaching des équipes :

- Affirmer la cohésion d'équipe
- Développer la communication
- Responsabiliser
- Motiver les troupes
- Affirmer les compétences de chacun  
pour un objectif commun



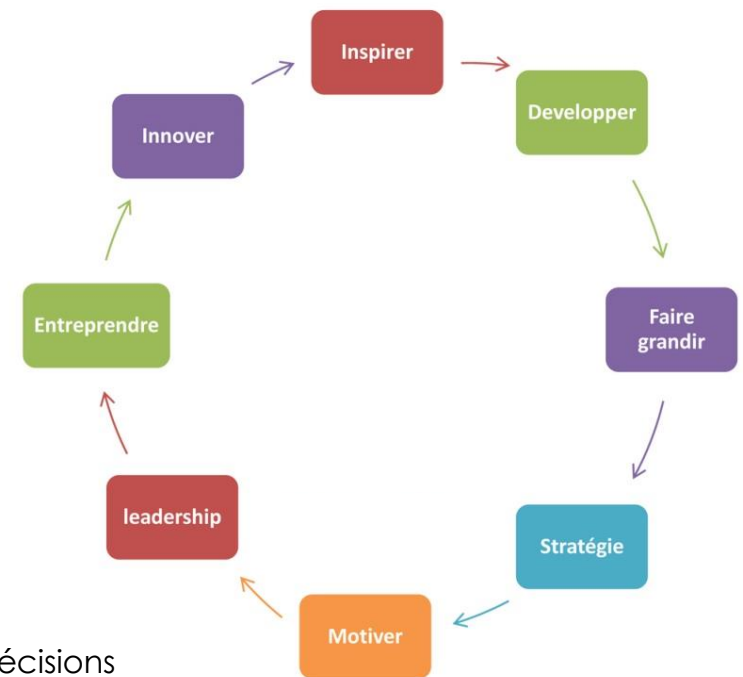
## Les priorités et les objectifs d'une entreprise :

Recherche de bien être, concept de société libérée afin d'atteindre la productivité de chaque compétence humaine, sans occulter les objectifs et contraintes liés à la vie d'une entreprise.

Le recours au coaching peut intervenir, **à la demande de prescripteurs** : entreprises, Direction, managers, **ou salariés** eux-mêmes, à chaque étape de la vie en entreprise (intégration, bilans de compétences, entretiens annuels, entretiens professionnels, pré-retraite etc...)

## Coaching des managers

- Développer son leadership
- Déterminer sa capacité à diriger
- Maîtriser la communication (non violente)
- Apprendre à gérer son stress/des conflits/des situations difficiles
- Etre le moteur de ses équipes et les motiver
- Prévenir ou réduire le conflit
- Introduire le changement
- Instaurer une distance nécessaire dans le cadre de la prise de décisions
- Aider le manager à devenir coach lui-même...



En somme, le coaching apprend aux dirigeants à se sonder pour mieux être à l'écoute de leur esprit et de leur créativité, le tout en se posant les bonnes questions.

## Conclusion

Le coaching permet de puiser au fond de soi les solutions. **« On ne peut rien apprendre aux gens. On peut seulement les aider à découvrir qu'ils possèdent déjà en eux tout ce qui est à apprendre. » Galilée**

L'accompagnement par coaching repose sur une réelle réflexion et introspection personnelles permettant d'aboutir à des acquis durables dans le temps et générant des prises de consciences fructueuses.

En somme, le coaching offre un espace unique de liberté où il est question d'être guidé en toute confidentialité, neutralité et pragmatisme vers les solutions adéquates à toute problématique.

C'est une solution qui répond parfaitement à la demande des entreprises ainsi qu'aux salariés.