



Accompagnements individuels

Un espace pour penser sa pratique retrouver du souffle

Seul ou en binôme, en visio ou en présentiel

Description

Le coaching individuel professionnel est une approche personnalisée visant à accompagner le développement personnel et professionnel. Cela s'adresse à toute personne désireuse d'améliorer ses compétences, de surmonter des obstacles professionnels, de prendre du recul sur l'organisation dans laquelle il ou elle travaille.

Vous avez besoin de prendre du recul, de retrouver du sens ou de traverser un moment délicat dans votre vie professionnelle ?

Nous vous proposons un accompagnement individuel, entièrement adapté à vos besoins, pour :

- renforcer votre confiance en vous, votre motivation ou votre capacité à faire face aux défis,
- mieux communiquer avec vos collègues, votre hiérarchie, ou au sein d'une équipe,
- gérer le stress, les conflits, ou une transition professionnelle,
- ou tout simplement retrouver de la clarté et du souffle dans votre pratique.

Chaque séance est un espace de parole, d'écoute et de réflexion, dans un cadre confidentiel, bienveillant et sans jugement.

Conditions

 Premier échange gratuit, 10 à 20 min. par téléphone

Durée : 10-20min.

Pour faire connaissance, préciser vos attentes et voir si le cadre convient.

 Formule accompagnement individuel – 110 CHF

1ère séance de 90 min. (visio ou présentiel)

Séances suivantes: 60 min.

Le rythme et le nombre de séances s'adaptent à vos objectifs.

