

# COACHING INDIVIDUEL

DEVENEZ CE  
QUE VOUS  
VOULEZ ÊTRE





APPRENEZ À VOUS  
**CONNAITRE**



CLARIFIEZ ET DONNEZ DU  
**SENS À VOTRE PROJET**



**ATTEIGNEZ RAPIDEMENT**  
VOTRE OBJECTIF



MOBILISEZ LES  
**BONNES RESSOURCES**



RÉVÉLEZ  
VOTRE **POTENTIEL**



GAGNEZ EN **COHÉRENCE**  
ET EN **ASSURANCE**





# LE COACHING CONCEPT

Un coaching professionnel est un processus dynamique interactif de mise en action qui vise l'évolution de la personne **vers son objectif**. Le coach se positionne en partenaire de son client, et est garant du processus d'accompagnement tandis que le client est responsable de sa propre mise en action. Le parcours se compose d'un nombre de séances visant l'autonomie du bénéficiaire.

En accompagnant le coaché vers une **meilleure connaissance de lui-même**, ce dernier progresse rapidement tout en affirmant ses choix et ses priorités. Le rôle d'un coach professionnel s'apparente à celui d'un guide, il vise à **révéler le potentiel, la motivation et les ressources** de la personne ainsi que sa capacité à mobiliser les bonnes ressources en fonction de l'objectif visé.

Tout au long des séances d'accompagnement, le coach veillera à **préserver l'intégrité et l'écologie de la personne**, et questionnera la cohérence du projet à cet égard.

Installer un climat de confiance est indispensable à un processus efficace de coaching. Votre coach vous soutiendra dans vos différentes démarches mais saura aussi vous **confronter positivement aux éventuelles incohérences**.

L'accompagnement du coach professionnel vous aidera à **prendre des risques, à vous affirmer et à vous appuyer sur vos expériences ressources. Ce parcours vous permettra d'optimiser votre autonomie, de faire les bons choix, d'accéder à une réelle responsabilité vis-à-vis de vous même, de gagner en cohérence pour passer à l'action et de vivre des relations constructives.**





## VOUS AVEZ BESOIN D'UN COACHING SI...

- . Vous avez un projet et ressentez le besoin de soutien et d'énergie pour l'accomplir
- . Vous cherchez à retrouver une vision claire sur votre orientation et vos projets de vie
- . Vous avez perdu l'équilibre entre votre vie personnelle et professionnelle
- . Vous devez clarifier une stratégie de réussite pour un projet à fort enjeu
- . Vous ressentez le besoin d'être accompagné(e) vers un nouveau projet de vie personnelle et professionnelle
- . Vous avez besoin de quitter votre routine en atteignant des objectifs stimulants grâce à de nouveaux challenges
- . Vous vous interrogez sur vos forces et vos points d'amélioration





## TARIFS

- . Tarif d'une séance : 375€ HT - 450€TTC - possibilité de financement via l'OPCO
- . Durée du coaching : 6 à 10 séances selon le rythme et la complexité du projet
- . Pour toute inscription – nous contacter par mail : [formation@reper-international.com](mailto:formation@reper-international.com)
- . Un entretien préalable gratuit permet au stagiaire de valider la pertinence du parcours avant de s'engager
- . **Premier entretien gratuit et sans engagement**

## FORMAT & PLANNING

- . Le coaching est individuel
- . Coaching en présentiel (Reims) ou en visio
- . Durée : 8 séances de 1h30
- . Possibilité d'effectuer ses séances en intérieur ou en extérieur
- . Pratique et outils sélectionnés spécialement en fonction de vos besoins , de vos attentes et de votre projet

## POUR QUI ?

Managers – Entrepreneurs – Cadres –  
Dirigeants – Professions libérales – Freelance –  
Artisans – Porteur de projet

## PRÉ- REQUIS

**Être dans une situation professionnelle stratégique, nécessitant un engagement important. Faire preuve de souplesse et être prêt à bouger ses lignes**



# VOTRE COACH PROFESSIONNELLE



**CLAIRE DE SAINT GILLES**

Claire est issue d'une première vie professionnelle d'Architecte d'intérieur et Maître d'oeuvre. Portée par son désir d'**améliorer la vie des gens**, elle s'est reconvertie dans le coaching. Dirigeante Associée chez REPER INTERNATIONAL, Claire est Coach de managers et dirigeants. Consultante en Innovation managériale et professeur de Hatha Yoga certifiée.

Mon mot préféré ? **Aventure**

Ma qualité préférée chez l'Homme ? **L'engagement**

Mon héros préféré dans la vie réelle ? **Pierre RABHI**

Mon héros préféré dans la fiction ? **Cat's eyes**

Mon principal trait de caractère ? **Entreprenante**

Ce que j'apprécie le plus chez mes amis ? **Gentillesse**

Ma devise ? ***“Impose ta chance, serre ton bonheur et va vers ton risque. À te regarder, ils s'habitueront.” René Char***





# AU PROGRAMME DE VOTRE COACHING

*Le programme s'articule autour de pratique et d'outils définis en fonction des besoins identifiés lors de votre entretien réalisé en amont du coaching.*

## AMONT

- . Entretien préalable avec un Coach professionnel afin de définir ses attentes et ses objectifs personnels
- . Questionnaire préalable et lettre de motivation relative à votre demande d'accompagnement

## PENDANT LE COACHING

1

### PHASE INITIALE

- . Exploration des domaines de vies
- . Définition de l'objectif
- . Connaissance de soi et de ses valeurs

2

### PHASE DE PROGRESSION

- . Recherche de solutions
- . Définition d'une stratégie de réussite
- . Mise en actions

3

### PHASE D'ANCRAGE

- . Ajustement de la suite de la stratégie
- . Bilan du parcours
- . Évaluation de l'atteinte des objectifs

## AVAL

- . Journal de bord à remplir pour suivre ses évolutions et « s'auto-coacher »



# VOS INFOS CLÉS



La certification qualité a été délivrée  
au titre des catégories d'actions suivantes :  
ACTIONS DE FORMATION  
BILANS DE COMPÉTENCES

**ORGANISME DE  
FORMATION CERTIFIÉ  
QUALIOPi**



**EN INTÉRIEUR OU EN  
EXTÉRIEUR**



**EN PRÉSENTIEL OU EN  
VISIOCONFÉRENCE**



**UNE COACH  
PROFESSIONNELLE**

## COMMENT S'INSCRIRE ?

Contactez REPER INTERNATIONAL  
par mail à l'adresse suivante  
[formation@reper-international.com](mailto:formation@reper-international.com)







 **REPER**  
INTERNATIONAL

FORMATION & RECRUTEMENT - CONSEIL EN INNOVATION MANAGÉRIALE