



# Un coach dans ma boîte



## Module 1

### J'apprends : Ma relation à moi-même

#### Le Coaching au service de la connaissance de soi & de la prise de hauteur

Que vous soyez Manager débutant ou confirmé, Directeur, Dirigeant :

Vous voulez relever un nouveau challenge, vous êtes confrontés à des difficultés, vous avez envie de vous améliorer...

Grâce à des séances de coaching individuel vous allez pouvoir répondre à vos besoins et atteindre les résultats que vous vous fixerez.

A titre d'exemples :

#### Vos besoins :

- Réussir votre prise de poste
- Travailler votre posture, positionnement
- Améliorer votre efficacité managériale
- Renforcer votre confiance en vous
- Mieux gérer le stress et la pression

#### Vos gains :

- ✓ Performance managériale
- ✓ Légitimité, crédibilité
- ✓ Identification de vos forces et potentiels
- ✓ Connaissance de vos stratégies de réussite
- ✓ Sérénité, gestion des émotions, alignement

Ce module fait partie du programme « Votre parcours de Manager »



- **Module 1 – J'apprends : Ma relation à moi-même**  
Le Coaching au service de la connaissance de soi & de la prise de hauteur
- **Module 2 – Je comprends :** Ma relation aux autres  
Le Coaching au service de la communication interpersonnelle & de l'efficacité managériale
- **Module 3 – J'accompagne :** Responsabilisation et autonomie mon équipe  
Le Coaching au service du leadership & de l'auto-développement des collaborateurs

**Chaque module comprend a minima** 12 rendez-vous en présentiel :

- Un entretien préalable entre le coaché et le coach
- Un entretien tripartite avec le prescripteur pour déterminer l'objectif et les résultats attendus
- La signature du contrat commercial avec les modalités de réalisation de la demande de coaching
- 8 à 12 séances de Coaching individuel d'1h30 chacune
- Un bilan tripartite de fin de coaching pour évaluer les résultats par rapport à l'objectif fixé  
[Option 1] Un bilan tripartite intermédiaire à mi-parcours  
[Option 2] Des entretiens téléphoniques et/ou échanges par mail avec le coaché, entre les séances

## Et en exclusivité !

Un suivi post-Coaching à +3 mois, +6 mois, +9 mois et +12 mois afin de consolider et pérenniser les changements opérés pendant le Coaching. Ce suivi s'inscrit dans une démarche d'amélioration continue. Chaque Séance post-coaching dure 2h.

**In2Coach**