

## COACHING.



### A qui cela s'adresse ?

Le coaching professionnel s'adresse à celles et ceux qui souhaitent développer leurs compétences comportementales, relationnelles et situationnelles. Il peut aussi intervenir dans un contexte particulier : prise poste, réorientation professionnelle, résolution d'une problématique précise...

### Quels sont les bénéfices ?

- prendre du recul
- cultiver son autonomie professionnelle
- changer de regard et rompre avec les pensées « automatiques »
- exprimer ses émotions en toute sécurité
- mettre en place des actions concrètes

### Quel est le cadre ?

Le coach adopte une position dite basse, c'est-à-dire qu'il ne se positionne pas en « sachant » : il part du postulat que personne a les ressources en elle. Son rôle est de les faire émerger. D'un point de vue pratique, je vous propose 4 à 8 séances espacées d'une quinzaine de jours, précédées d'un entretien avec la personne coachée ou d'un entretien tripartite (avec manager ou RH par exemple.).

### Combien cela coûte ?

Merci de me contacter pour que nous puissions échanger. Un devis sera ensuite établi. Selon les cas, le coaching est facturé entre 250 et 350 euros HT / heure.

## DISCUTONS-EN.

Eric Villemin  
villemin@gmail.com  
06 78 45 63 03  
www.eric-villemin.com