

Coaching individuel



“

*Un accompagnement
individuel pour progresser
et évoluer dans son
environnement professionnel*

”

Dans un environnement marqué par les changements et les incertitudes, les agents et encadrants sont amenés à faire preuve de capacités d'adaptation et à développer leur savoir-être autant que leurs savoir-faire. Le coaching permet aux professionnels de trouver des solutions aux problèmes rencontrés ou des leviers au développement de leurs projets.

QU'EST-CE QUE LE COACHING ?

Le coaching est un accompagnement individuel permettant à une personne de mener une réflexion, de rechercher ses propres solutions pour résoudre une problématique et/ou réaliser des objectifs professionnels. Il permet à la personne de s'engager dans l'action en mobilisant des ressources (internes ou externes) tout en progressant vers plus d'autonomie. Il n'est ni du conseil, ni de la formation, ni du tutorat et ni une thérapie.

POURQUOI ENGAGER UN ACCOMPAGNEMENT EN COACHING ?

Le coaching professionnel a pour but de faciliter un processus de changement, en partant d'une difficulté rencontrée ou d'un projet à venir.

Cet accompagnement peut répondre à différents types de situations :

► Coaching de performance

Quel que soit le niveau hiérarchique, le coaching sera adapté pour répondre à une situation qui concerne la personne dans son rapport à ses objectifs professionnels : prise de poste, pilotage d'un projet, gestion du temps et priorisation, difficultés relationnelles, développement de ses capacités managériales et de prise de décision.

► Coaching de reconversion

Avant d'entamer un bilan de compétences ou un conseil en mobilité, il est parfois nécessaire de faciliter la transition entre une situation professionnelle subie et un projet choisi par la personne.

► Coaching de reprise

Il est proposé spécifiquement après un arrêt de longue durée pour accompagner la reprise de poste et limiter le risque de rechute.

COMMENT TRAVAILLE LE COACH ?

Le coach se base sur un travail d'écoute et de questionnement. Il stimule l'expression et favorise l'élaboration de solutions par la personne accompagnée. Ainsi, le coach est centré sur le comment plutôt que sur le pourquoi.

L'accent est mis sur la compréhension par la personne de son propre fonctionnement et de ses comportements, ainsi que sur sa relation avec l'entourage professionnel. Cette compréhension lui permet de mieux se connaître, de mieux comprendre les autres, de mobiliser pleinement ses ressources pour réaliser les projets confiés.

LES ÉTAPES DE LA MISSION



Les intervenantes du CDG 35 sont des coachs certifiées. Elles exercent dans le respect d'une charte de déontologie commune aux Centres de Gestion de Bretagne.

LES EFFETS D'UN COACHING RÉUSSI

- ▶ La personne se sent comprise dans sa réalité, grâce à la neutralité du coach.
- ▶ L'approche privilégie la responsabilisation de la personne en la rendant actrice de ses changements.
- ▶ Cela lui permet de prendre conscience qu'elle est capable d'évoluer par elle-même et développe donc sa propre estime d'elle-même et par conséquent son autonomie.
- ▶ Cet apprentissage se réalise dans une démarche pragmatique, par l'expérience des situations rencontrées.

NOS TARIFS

- ▶ La tarification est établie selon le tarif horaire des **missions de conseil et accompagnement** fixé chaque année par le Conseil d'Administration du CDG 35.
- ▶ Le détail des tarifs est en ligne sur notre site (Rubrique Connaître le CDG 35/Les services aux collectivités).



Contacts

▶ coaching@cdg35.fr

▶ **Anne-Catherine BASLÉ**

*Consultante en organisation et coach
Service Conseil et Développement*

02 99 23 37 94 / anne-catherine.basle@cdg35.fr

▶ **Véronique VIÉ**

*Conseillère en parcours professionnels et coach
Service Mobilité - Emploi - Compétences*

02 99 23 41 32 / veronique.vie@cdg35.fr

CDG 35

Village des collectivités
territoriales

1 avenue de Tizé - CS 13600
35236 THORIGNÉ-FOUILLARD CX

Tél. 02 99 23 31 00 - Fax 02 99 23 38 00

contact@cdg35.fr - www.cdg35.fr