Coaching individuel : révéler son potentiel, affirmer sa posture

Le coaching est un processus d'accompagnement personnalisé qui repose sur une approche éthique, méthodique et pédagogique. Il vise à favoriser une meilleure compréhension de ses propres modes de fonctionnement et à impulser une évolution durable.
Du diagnostic des besoins professionnels à la mise en œuvre d'actions concrètes, le coaching s'inscrit dans une dynamique structurée et progressive, respectueuse du rythme de la personne accompagnée.

Les atouts de notre accompagnement :

Nos coachs sont certifiés et disposent d'une solide expérience dans le secteur sanitaire et médico-social.
Formavenir Performances offre également la possibilité au coaché de choisir le coach qui lui correspond, garantissant ainsi un cadre de confiance et une relation adaptée aux enjeux rencontrés.

Objectifs

Objectif général :

Accompagner les professionnels dans leur évolution et leur positionnement, en favorisant l'adaptation, le développement personnel et la projection dans un projet professionnel porteur de sens.

Axes de travail :

1. S'adapter aux situations professionnelles évolutives

- Prendre ses repères dans un nouveau poste, service ou pôle
- Adopter des représentations positives du changement et accompagner son équipe dans la transition
- Améliorer sa communication interpersonnelle
- Identifier et réguler les situations de tension ou de conflit

2. Développer son épanouissement personnel et professionnel

- Renforcer ses compétences relationnelles et organisationnelles
- Mieux gérer son stress et ses émotions
- Identifier ses sources de motivation et ses leviers d'épanouissement
- Clarifier ce qui donne du sens à son action

3. Construire ou faire évoluer son projet professionnel

- Réfléchir à l'évolution de son parcours et de ses aspirations
- Rechercher une cohérence entre ses choix professionnels et ses valeurs
- Définir un projet professionnel réaliste, motivant et aligné
- S'approprier des outils pour progresser en autonomie et s'auto-coacher dans la durée

Le + de la formation

Nos coachs sont certifiés et issus du secteur de sanitaire et médico-social. La possibilité offerte par formavenir de choisir son coach.

Public concerné et Prérequis

Tout professionnel

Pas de pré-requis

Programme

Le coaching se déroule selon une progression structurée en plusieurs phases clés :

- Phase 1 : Analyse du contexte et clarification de l’objectif
  Établir un diagnostic de la situation managériale actuelle et formuler l’objectif déclaré du coaching.

- Phase 2 : Identification des freins
  Repérer les obstacles, blocages ou résistances qui entravent l’atteinte de l’objectif.

- Phase 3 : Exploration et mobilisation des leviers
  Utilisation d’outils, de démarches réflexives et de processus adaptés pour dépasser les blocages identifiés.

- Phase 4 : Élaboration du plan d’action
  Construction d’un plan opérationnel incluant des actions concrètes à mettre en œuvre entre les séances.

- Phase 5 : Évaluation et consolidation
  Analyse des actions réalisées, mesure des résultats, ancrage des réussites, identification des axes d’ajustement (actions correctives, préventives ou curatives si nécessaire).

- Phase 6 : Bilan final et recommandations
  Clôture du parcours avec une synthèse des avancées, des pistes d’évolution et des préconisations pour la suite.

Votre intervenant

Coach certifié en coaching

Notre démarche pédagogique

Le coach mobilise une diversité d’outils, de modèles et de démarches, choisis en fonction de la situation à accompagner et du profil du coaché. Ces approches peuvent inclure :

- l’analyse systémique,

- les outils de Programmation Neuro-Linguistique (PNL),

- l’Analyse Transactionnelle,
- les modèles de développement de Frédéric Hudson,
- la Communication Non Violente (CNV),
- la psychologie positive, entre autres.

Modalités de formalisation

Les prises de notes effectuées par le coach restent strictement personnelles. Le coaché est libre et responsable de ce qu’il choisit de formaliser, afin de favoriser l’ancrage des apprentissages et la réflexion entre les séances.

Conformément à la déontologie du coaching, aucun compte rendu écrit ne sera transmis, y compris lors du bilan final, afin de garantir la confidentialité et la libre expression du coaché.

Rythme des séances et travail inter-séances

Chaque séance se conclut par un bilan à chaud, au cours duquel le coaché est invité à :

- évaluer les apports de la séance,
- identifier ses pistes de progression,
- se projeter dans l’expérimentation managériale à venir, en s’appuyant sur les éléments travaillés.

Un travail inter-séances peut être proposé pour prolonger la réflexion. Ce travail est ensuite analysé en début de séance suivante, dans une logique de continuité et d’appropriation.

Moyens techniques

Pas de moyens techniques spécifiques

Livrables

- Contrat de coaching qui définit :
    - La prestation
    - Les modalités de déroulement de la prestation
    - Les conditions financières
    - Les obligations respectives des parties
    - La confidentialité
- La charte de déontologie du coach
- Le calendrier prévisionnel des séances
- L’attestation de participation du coaché aux séances de coaching, à l’issue de l’intervention
- Bilan du coaching rédigé par le coach, dans le respect de la confidentialité des échanges avec le coaché

Evaluation

Les exercices de réflexion et les retours d’expériences inter-séances constituent une première base d’appréciation de l’impact du coaching. Toutefois, les éléments déclaratifs du coaché, bien qu’indispensables, ne suffisent pas à eux seuls à garantir une évaluation complète et objective des effets produits.

Les entretiens de suivi viennent enrichir et sécuriser ces verbalisations, en croisant les

perceptions. Le manager hiérarchique (N+1), en tant qu'observateur du quotidien professionnel, joue un rôle complémentaire essentiel. Son retour, fondé sur les retombées perçues au sein de l'équipe, constitue un éclairage précieux dans l'analyse de l'évolution du coaché. Il est considéré comme un acteur périphérique du processus, sans interférer dans la relation de coaching.

À l'issue du parcours, un questionnaire d'évaluation à chaud est proposé au coaché ainsi qu'à son manager. Il permet de recueillir leurs ressentis respectifs sur le déroulement, la pertinence et l'utilité perçue du coaching.

Demande de devis

Civilité

Mme ▼

Nom(Nécessaire)

Prénom(Nécessaire)

Nom de l'établissement / structure(Nécessaire)

Téléphone(Nécessaire)

E-mail(Nécessaire)

Fonction(Nécessaire)

Adresse

Code postal(Nécessaire)

Ville

Objet

Formation en inter-établissements ▼

Nombre de personnes à former

Période souhaitée

Commentaire(Nécessaire)

Je souhaiterais avoir de plus amples informations.

Pourriez-vous me recontacter s’il vous plait ?

Je souhaite être rappelé(e)

☐ Je souhaite être rappelé(e)

Conformément au Règlement Européen 2016/679 du 27 avril 2016 sur la protection des données personnelles, les informations vous concernant sont destinées à Infor Santé, responsables du traitement. Vous disposez d'un droit d'accès, de rectification, de portabilité et de suppression des données qui vous concernent. Vous pouvez l'exercer en adressant un e-mail à l'adresse électronique suivante : rgpd@avenirsanteformation.fr. (Merci de ne pas ajouter d’informations personnelles ou sensibles) En savoir plus ici

Name

Ce champ n’est utilisé qu’à des fins de validation et devrait rester inchangé.

Envoyer

Demande de contact

Pré inscription

Demande de devis

Dernière modification le 25 juillet 2025 à 15h54

INFORSANTE
50 rue Tudelle - 45100 ORLEANS
02 38 84 67 67
contact@formasante.fr