
● ● ● coaching individuel (ICF) à distance : descriptif ●

Le coaching individuel est une démarche axée sur un objectif à atteindre ou un problème à résoudre défini dans un mandat. Une approche personnalisée, à raison de plusieurs séances de questionnement, permet à la personne coachée de mener une réflexion et de prendre conscience de son potentiel. L'adhésion à la démarche nécessite l'auto-responsabilisation dans le sens où les solutions et mesures à prendre émanent de la personne et influencent directement leur mise en place et leur réalisation.

objectifs

- faire le point
- identifier ses besoins, ses priorités
- gérer un changement
- identifier et lever des obstacles
- renforcer sa motivation
- définir un projet

méthode

- fixer le cadre de l'accompagnement
- établir le contrat
- définir les objectifs de l'accompagnement

modalités

rencontres sur skype

durée

nombre de séances et d'heures à négocier selon entente avec la personne accompagnée

coaches

Isabelle Sorg et Mildred Vuillème, collaboratrices effe formées ICF

tarifs

- CHF 160.- / heure en individuel (prix particuliers)
- CHF 190.- / heure en individuel (prix institutions, entreprises, ORP)