

Coaching Confiance en soi & Affirmation de soi

Objectifs

- Prendre conscience de sa légitimité professionnelle et oser exprimer ses opinions
- Gérer ses émotions
- S'affirmer sereinement, avec clarté et aplomb, poser ses limites
- Appréhender les personnes avec aisance et assurance
- Faire face aux événements avec confiance et efficacité

Déroulement

Phase préliminaire

- Rencontre entre le bénéficiaire et le coach :
 - Analyse du contexte et de la demande
 - Présentation par le coach de la démarche de coaching, de son déroulement et de ses règles

Phase de coaching

- 12 Séances de coaching de 1h30 espacées de 15 jours

Phase de bilan

- Rencontre tripartite entre le prescripteur, le bénéficiaire et le coach pour apprécier les résultats du coaching

La démarche se déroule sur 6 à 8 mois.

Stéphanie Roels

« Coach, Superviseur de coachs, Conférencière, spécialiste en développement du leadership et de la confiance en soi et des personnalités dangereuses dans le monde professionnel, je conseille managers et dirigeants depuis 2007. Formée à différentes approches de développement personnel par les meilleurs experts français et internationaux (Maître-Praticien en PNL, Coach Expert Process Com®, Analyse transactionnelle, Analyse systémique, etc.) et Psychologue du travail, j'ai été Responsable France de la Société Internationale des Coaches PNL de 2009 à 2013 et appuie ma pratique sur une solide expérience des RH acquise dans de grands groupes.

Je réalise mes interventions avec pragmatisme, justesse, humour et cœur. »

