



Bien-être et réalisation de soi

LE COACHING ALINATE

Pour qui ?

- Dirigeants, Managers,
- Comités de Direction, Équipes
- Toute personne souhaitant réaliser ses projets en alignement avec elle-même, ses objectifs, ses valeurs, son bien-être.

Dans quel objectif ?

Coachs professionnels certifiés, nous accompagnons une personne, un groupe ou une équipe dans la réalisation de ses projets.

A la différence d'un consultant dont le rôle est de conseiller et d'un formateur dont le rôle est de transmettre des connaissances, le coach va permettre au coaché de trouver ses propres solutions pour atteindre ses objectifs.

Pour cela, le coach met en œuvre des techniques spécifiques d'écoute, de questionnement, de communication et de recadrage dont la finalité est de favoriser des prises de conscience, de permettre des apprentissages et de mettre en action les décisions prises en toute autonomie.

Ce rôle de partenaire requiert que le coach soit dans la position de comprendre les enjeux professionnels du coaché sans toutefois être l'expert du métier de celui-ci.

Chez ALINATE, l'engagement réciproque entre le coach et le coaché est matérialisé par un contrat écrit qui précise les objectifs de l'accompagnement, la durée estimée, les modalités de restitution au donneur d'ordre en cas de relation tripartite et le tarif pratiqué.

Ce contrat est rédigé dans le respect des règles éthiques et juridiques en vigueur en matière de contrat de prestation de service.

Le coach ALINATE s'assure que son intervention sert les intérêts du coaché, vérifie qu'il a compétence pour réaliser cet accompagnement et garantit la confidentialité selon des modalités préalablement précisées avec le coaché.

Pourquoi avec ALINATE ?

Notre équipe de Coachs professionnels certifiés s'inscrit dans l'ouverture, grâce à sa maîtrise de différents courants dont :

- L'Analyse Transactionnelle pour la pertinence de grilles de lecture facilitant la compréhension du cadre de référence de son interlocuteur
- La PNL pour le pragmatisme de son questionnement
- L'Approche Systémique pour appréhender les interactions dans la dimension collective



Bien-être et réalisation de soi

Quelle durée ?

- Coaching individuel : Cycle de 7 à 8 séances d'1h30, sur une période de 4 à 6 mois
- Coaching d'équipe, d'organisation : 6 jours sur une période de 6 à 8 mois

Comment ça se passe ?

- **Les séances individuelles**

Elles se déroulent dans nos bureaux ou au sein de votre structure pour le coaching en entreprise.

Elles peuvent, suivant les avantages et besoins que nous identifierons ensemble (contexte externe, disponibilités, temps de trajet, ...) se dérouler en présentiel, en visioconférence ou par téléphone.

Nous précisons toutefois que certaines séances, nécessitant un certain processus, devront impérativement se dérouler en présentiel.

- **Le coaching d'équipe, d'organisation :**

Les séances se déroulent majoritairement en présentiel, certaines séances pouvant avoir lieu en visioconférence.