

Le processus de coaching

SEANCE DECOUVERTE


Découvrir, établir la relation, faire un état des lieux.

 30 min

 Visio

SEANCE EXPLORATOIRE

Définir l'objectif, évaluer les besoins, s'engager.

 2 heures

 Visio

 Cabinet

COACHING 3 MOIS DISTANCIEL

- 6 séances de coaching de 1 heure en visio ;
- Livret de coaching.

1 heure offerte

 6h

 Visio

COACHING 3 MOIS PRESENTIEL

- 3 séances de coaching de 2 heures au cabinet* ;
- 3 séances de coaching de 1 heure en visio ;
- Livret de coaching ;
- Contact 7j/7 avec réponse sous 24h max.

 9h

 Cabinet

 Visio

1,5 heures offertes

S'orienter vers des solutions, prendre des décisions, passer à l'action.

Atteindre ses objectifs, faire le bilan.