



# COACHING INDIVIDUEL

**SERGE PINATEL & FABIEN LAURIERE**  
**COACHS PROFESSIONNELS**



## ➤ Présentation

Le coaching est un accompagnement professionnel personnalisé que nous proposons aux personnes exerçant des responsabilités stratégiques et opérationnelles, et particulièrement aux dirigeants, élus ou salariés. Il offre un espace de croissance, permet de débloquent des situations complexes et parfois difficiles, aide à franchir un cap. Nous l'appréhendons comme une solution de grande pertinence dans la période d'importants changements structurels ou conjoncturels que nous traversons.

Les domaines dans lesquels nous intervenons en tant que coachs peuvent être regroupés de la manière suivante :

- **Sens & Performance**
  - Mettre le **sens** au cœur des projets
  - Améliorer la **performance** individuelle et collective
- **Affirmation et Soutien**
  - Affirmer et développer son **leadership**
  - Maîtriser l'**orientation** et l'**évolution**, la prise de poste
- **Relation et Communication**
  - Débloquent et développer les **relations** et les **transactions**
  - Communiquer avec **bienveillance** en toute situation
- **Gestion de crises**
  - Surmonter les **situations critiques**
  - Faire face **fonctionnellement** et **émotionnellement**

## ➤ Pour qui ?

Le coaching individuel s'adresse à tous les acteurs de l'entreprise confrontés à des problématiques stratégiques, managériales, opérationnelles ou relationnelles. Que vous soyez dirigeant, élu ou salarié, manager, coordinateur d'équipes ou technicien, notre ambition est de vous accompagner dans la réalisation de vos objectifs en tenant compte de la complexité de votre environnement

Le besoin peut émaner de la personne concernée, de son manager, du service RH ou d'un élu. La démarche doit être acceptée de toutes les parties.

## ➤ Pour quoi ?

En pratique, voici quelques exemples de demandes formulées par nos clients :

- J'ai besoin de **remettre du sens** dans mon travail et/ou au sein de mon équipe
- Je souhaite faire évoluer **ma posture professionnelle** et **mes pratiques**
- J'ai besoin d'améliorer **mes aptitudes managériales**
- Je désire **mieux me connaître** pour **mieux communiquer** avec mon équipe
- J'aspire à **gagner en confiance** et me permettre de **mieux m'affirmer**
- Je souhaite **mieux gérer mon stress** et **appréhender mes émotions**
- J'ai besoin de gérer **une situation conflictuelle** avec un(e) collègue de travail
- J'ai besoin d'être accompagné(e) dans **l'évolution de mon périmètre de responsabilités**
- Je veux développer mon **leadership**
- J'aspire à travailler plus **sereinement** dans le **respect de ma personne**



## ➤ Pourquoi travailler avec Atlasens ?

Chez Atlasens, nous proposons un accompagnement :

- Basé sur le **respect** des personnes coachées et la **confiance** dans leur capacité à **développer leurs ressources pour trouver leurs propres solutions**
- Soutenu par une **approche sur-mesure**, en intelligence de situation, où le coaché est considéré comme un « champion »
- **Centré sur les besoins identifiés avec et par le coaché** : collecte d'informations, réunion tripartite et bilan individuel, appuyé si besoin par des questionnaires de profil de personnalité
- **Dynamique et participatif** où les **coachés sont acteurs de leurs changements et des actions à conduire** (les temps de co-construction et de partages sont favorisés)
- **Aéré, diversifié** et parfois **décalé** pour favoriser l'émergence de nouvelles idées, permettre d'examiner la situation sous différents angles, ouvrir des pistes inexplorées
- **Orienté vers l'autonomie** : le coach accompagne le coaché à retrouver confiance dans sa capacité d'action et à formuler ses propres solutions face aux situations qu'il traverse
- Appuyé par un **référentiel d'outils et de méthodes** que le coach activera en fonction des situations et des besoins

Nous sommes certifiés (Transformance et HEC Executive Coaching) pour le coaching professionnel. Nous nous appuyons sur des approches théoriques diversifiées et maîtrisées ainsi que sur nos propres expériences de managers et dirigeants. Nous suivons une charte déontologique et sommes engagés dans une supervision régulière de nos pratiques.



**Serge Pinatel**



**Fabien Laurière**

## ➤ En pratique, comment cela se passe ?

Le coaching est souvent recommandé par le DRH ou le manager du coaché, ou sollicité par le dirigeant pour son propre compte.

Il permet, au cours d'un nombre de séances allant généralement de 6 à 10, de développer son potentiel, de passer un cap ou de redresser une situation sensible.

Le parcours d'accompagnement est coconstruit dans une relation tripartite et se déroule en trois étapes :

Le premier temps est toujours consacré à la définition des objectifs partagés du programme de coaching avec l'identification d'indicateurs d'avancement. Ce parcours individuel est formalisé avec le DRH et/ou le manager, le coach et la personne coachée au cours d'une réunion tripartite d'ouverture. Cet échange a aussi pour objet de poser le cadre et la déontologie de l'accompagnement. L'accord sur le contrat d'objectifs déclenche le début du coaching en tant que tel.

Le second temps est celui des séances de coaching individuel. Selon les objectifs à atteindre, il sera modulé en termes de rythme (nombre de séances), de durée totale et de lieu (dans ou en dehors de l'entreprise). Pour obtenir les résultats souhaités, le coach et la personne coachée effectuent en moyenne 6 à 10 séances de travail d'une durée 2h, sur 3 à 6 mois. Chaque séance se déroule généralement de la manière suivante :

- Inclusion
- Retour d'expériences et point sur les travaux intersession
- Accord sur la ou les questions à travailler durant la séance
- Travaux en séance
- Déclusion

Des points d'étape par téléphonique ou par mail peuvent également avoir lieu entre deux séances si besoin.

Le troisième et dernier temps est la session tripartite de clôture, dans laquelle nous faisons un bilan de tous les éléments qui ont été travaillés pendant le coaching, les progrès réalisés et les difficultés rencontrées. Nous envisageons pour finir le plan d'actions à mener en toute autonomie par le coaché pour pérenniser les résultats obtenus.

Les séances peuvent être réalisées dans nos locaux ou les vôtres dans un périmètre de 50 km autour de Montpellier. Nous pouvons alterner des séances en présentiel avec des visio-conférences. Il est tout à fait possible de réaliser un coaching en tout distanciel.

Tarif : sur demande



Pour plus d'information contactez-nous  
par téléphone :

Serge Pinatel : [06 70 17 02 40](tel:0670170240)

Fabien Laurière : [06 49 33 16 14](tel:0649331614)

ou par e-mail : [contact@atlasens.fr](mailto:contact@atlasens.fr)

