

# OFFRE DE SERVICE “ COACHING ”

## Le coaching professionnel, c'est quoi ?

C'est accompagner une personne pour qu'elle trouve **ses propres solutions** à ses questionnements.

C'est un échange entre un coach et un client, pour susciter la réflexion, la créativité, afin de **maximiser son potentiel professionnel**. Les échanges sont faits en toute confidentialité.

Ce n'est pas de la formation, du conseil, de la thérapie. Ici, on parle de “coach maïeuticien” dans le sens où le coach est là pour **accompagner la personne**, à la différence du “coaching conseil”, où le “coach” (donc plutôt un consultant) apportera des solutions et des préconisations.

C'est une méthode active, qui permet, par le questionnement et l'utilisation d'outils adaptés, **d'atteindre les objectifs professionnels fixés**. C'est différent de l'accompagnement individualisé (modalité pédagogiques proposée par Vivea).

## Concrètement, ça pourrait me servir à quoi en tant que ...

### Responsables de cuma :

- Trouver de l'assurance dans mes responsabilités
- Résoudre des situations de mécontentement avec des adhérents
- Réussir à appliquer des décisions...

### Administrateurs-rices de fédérations de cuma :

- Asseoir ma posture d'élu
- Mieux vivre un changement (de poste, de mission...)
- Trouver de l'assurance dans mes responsabilités
- Trouver sa juste place dans la collaboration avec les salariés...

### Chef-fes d'équipe en cuma :

- Prendre de l'assurance dans son poste
- Résoudre des situations de mécontentement
- Prendre du recul sur mes missions...

### Salarié-es du réseau fédératif :

- Démêler des situations de blocage professionnel
- Trouver de l'assurance dans ma posture
- Mieux vivre un changement (de poste, de mission...)
- Définir des solutions pour améliorer son organisation du travail
- Améliorer ses relations avec ses collègues...

## Pour qui ?

- Responsables de cuma,
- Administrateurs-rices de fédérations de cuma
- Chef-fes d'équipe en cuma
- Salarié-es du réseau fédératif

## Ca sert à quoi ?

Faire le point sur ses pratiques professionnelles

Éclaircir une situation

Développer son potentiel professionnel

Se fixer des objectifs sur un sujet donné

Faire un choix

Révéler et accroître son leadership

Développer l'ambition, voir plus grand

Savoir ce que l'on veut et agir

Changer de perspective face à un blocage

Trouver plus de sérénité au quotidien

Clarifier, préciser ses problématiques et y remédier

Améliorer sa prise de parole en public

Y voir plus clair quand on est dans le flou (sur ses missions, sa posture, sa vie pro et/ou perso...)

Savoir se positionner en situation de tension ou de conflit

## Comment ?

Le coaching individuel se déroule sur une dizaine de séances d'1h.

Ces séances sont **individuelles**.

Il est possible de proposer des séances **collectives** sous forme de co-développement. Ces séances durent 2h, et il doit y en avoir autant que de personnes dans le groupe.

→ En présentiel à Pacé, en visio ou un mix des deux modalités.

## Par qui ?

Mathilde Gaudin, FRcuma Ouest

- Coach certifiée ([Emergitude](#))
- Adhérente ICF, Fédération internationale de coaching, première fédération professionnelle de coachs ([code de déontologie](#))

## Témoignages

*Un immense merci à Mathilde qui a réussi à me faire atteindre plus que l'objectif initial ! Ces séances m'ont permis de me poser, de me remettre en question et de me libérer. Ne connaissant pas du tout le coaching à la base, si j'ai d'autres problématiques à régler à l'avenir, je passerai par le coaching sans hésiter. Encore merci.*

*Les rendez-vous de coaching avec Mathilde m'ont permis de clarifier et préciser les enjeux, problèmes et défis auxquels j'étais confrontée. Mieux on définit le contour des problèmes que l'on souhaite attaquer, mieux on est outillé pour identifier des pistes de solutions éclairées, réalistes et à sa portée. L'espace offert par Mathilde m'a permis de faire ce travail.*

*Mathilde est puissante et permet d'y voir plus clair quand on se trouve dans le flou.*

*Le coaching avec Mathilde m'a permis de reconnaître mes besoins, et de choisir ce que je voulais pour le futur.*

*Les séances de coaching avec Mathilde me permettent de mettre en lumière une problématique qui me gêne et de faire le point sur ce qui est présent pour moi dans l'instant. Le coaching me permet de changer de perspective et de voir plus grand*

*Mathilde m'accompagnant à fixer des objectifs de séances clairs et concis, j'ai toujours réussi à identifier les pas, souvent nombreux, que j'avais franchis à l'occasion du rendez-vous. Et, de rendez-vous en rendez-vous, il est stimulant de se rendre visible le chemin parcouru*

*Les rdv m'ont permis de distinguer les freins dont je détiens moi-même les leviers (mes angles morts) et ceux qui demandaient un travail collectif, pour lesquels solliciter mes collègues. Cela contribue à définir un plan de match assez clair et les alliés (parfois soi-même) à mobiliser.*

*Mathilde m'a rapidement fait passer à l'action dans mes projets professionnels grâce à sa palette d'outils notamment au coaching d'objectifs.*

## Combien ça coûte ?

- 80€/séance individuelle
- 60€/personne/séance collective

## Contact

- [mathilde.gaudin@cuma.fr](mailto:mathilde.gaudin@cuma.fr)
- 07.66.18.32.31