

# LE COACHING PROFESSIONNEL

# Notre démarche

Nous conseillons depuis 2011 des personnes en transition professionnelle en les accompagnant dans leurs démarches de **réinvention professionnelle (repositionnement, évolution professionnelle, création d'entreprise, recherche d'emploi, etc.)**

**Nous avons la conviction que chacun·e d'entre nous peut trouver une mission de vie professionnelle épanouissante et satisfaisante. Nous souhaitons vous aider à trouver la vôtre et à la concrétiser.**

Notre accompagnement se définit comme un parcours ayant pour destination un projet professionnel désirable, concret et porteur de sens articulé autour de 3 phases : exploration | action | concrétisation.

Le coaching professionnel s'inscrit dans la phase "Action" de [notre programme d'Accompagnement Professionnel Inspiré \(A P I\)](#). Il peut être suivi indépendamment ou en complément de la phase d'exploration ( Bilan de compétences professionnels, RDV Inspirationnels). **Il donne dans tous les cas accès à l'ensemble des membres de la communauté conviviale et bienveillante de Sunny Side.**

# Le coaching

Le coaching est un **accompagnement individuel** (habituellement proposé en 7 séances d'1h30 heure chacune) qui a pour but d'atteindre un **objectif souhaitable et réalisable pour le client, dans un temps défini en début de parcours.**

**Chaque séance d'accompagnement constitue une étape vers la l'atteinte de l'objectif final** de la personne accompagnée.

Le coaching permet **la prise de conscience par le questionnement** ce qui a pour effet de donner à la personne coachée **un nouvel éclairage sur sa situation qui la mettra en action dans la concrétisation de son objectif.**

Le coaching est particulièrement adapté à des problématiques de transition professionnelle ou de concrétisation de projet professionnel.

Le coaching de Sunny Side A P I répond aux **normes de méthodologie, de professionnalisme et d'éthique définies par l'ICF (International Coach Federation)**

# Le Parcours de coaching

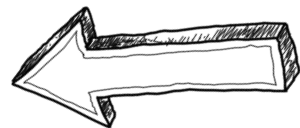
Faire connaissance  
Comprendre la démarche de coaching  
Définir l'objectif de la personne accompagnée



Séance préliminaire gratuite sans engagement

Contrat de coaching

Séance 1



L'engagement mutuel du coach et de son client (éthique, moyens, modalités, objectifs poursuivis, etc.) est retranscrit en toute transparence dans le contrat de coaching

Séance 2

Cheminez à votre rythme vers votre objectif par des séances régulières (2 à 4 par mois) de coaching



Séance 3

Séance 7

Fin du Parcours



Votre objectif est enfin **ATTEINT** !  
Une mise en action concrète vers votre nouvelle vie professionnelle !

# Quels sujets de coaching ?

Vous vous demandez peut-être “quels sujets peuvent être éligibles au coaching” ? Bonne nouvelle, ils le sont presque tous ! A partir du moment où l’objectif que vous souhaitez atteindre dépend de vous-même (qu’il est sous votre contrôle) et qu’il ne relève pas d’une pathologie physique ou mentale nécessitant un suivi thérapeutique ou médical.

Néanmoins **le coaching de Sunny Side se spécialise dans les sujets professionnels**, bien que notre approche holistique de l’accompagnement nous conduit à coacher chaque personne dans sa globalité.

Nous pouvons par exemple vous accompagner sur :

- la concrétisation d’un **projet professionnel** porteur de sens
- votre **organisation au travail**
- l’acquisition d’une **nouvelle posture** en prévision d’un changement professionnel (nouveau poste, reconversion, recherche d’emploi, etc)
- l’affirmation ou **la confiance en soi** dans votre travail
- l’amélioration de votre communication auprès de vos collègues/ équipes/ managers
- etc...

Le coaching est un parcours sécurisé et parfois houleux vers la prise de conscience et le dépassement des barrières qui vous limitent dans l’atteinte de vos objectifs.

Le succès du parcours dépend de votre engagement dans la démarche, il est probable (mais pas obligatoire) que vous vous engagiez à accomplir des actions intermédiaires concrètes. Le temps à consacrer à ces actions prendront dépendra bien sûr de votre sujet et de vos objectifs.

# Nos outils méthodologiques

Chaque coach possède une palette d'outils qui lui sont propres et qu'il ou elle mobilise en fonction des situations et des sujets apportés par la personne accompagnée. Les coachs de Sunny Side sont a formé.e.s à la **PNL** (programmation neuro-linguistique), à l'**analyse transactionnelle** à la **CNV** (communication non violente), etc.

**Les outils les plus puissants du coach restent néanmoins : son intuition, sa bienveillance, son écoute active et sa maîtrise de l'art du questionnement**, compétences que tous les coachs de Sunny Side partagent.

Qui que soit votre coach, **le succès de votre parcours dépend à la fois de votre engagement dans la démarche et de la relation de confiance que vous entretenez avec votre coach** nous vous encourageons à mettre toute les chances de réussite de votre côté :

- ★ en vous impliquant avec sincérité dans votre parcours de coaching
- ★ en rencontrant un ou plusieurs coachs avant de démarrer votre parcours (Sunny Side propose un RDV préalable gratuit pour confirmer le "feeling" entre le coach et son client)

# Modalités pratiques de la prestation

La prestation de Coaching Professionnel est proposée par notre organisme au tarif forfaitaire de 1485 € TTC (1237,5 € HT) pour un parcours de 7 séances d'1h30 chacune (un autre durée de parcours peut être envisagée au cas par cas en fonction de la demande, la base tarifaire horaire étant de 125 € HT).

Le coaching peut, dans certains cas, être **éligible aux dispositifs de financement** tels que le plan de développement des compétences mis en place par l'employeur.

Les séances d'entretiens individuels se déroulent à Paris 11eme, 2 rue du Dahomey, ou à distance par Skype®

Un **RDV préalable gratuit** est proposé à toute personne souhaitant initier une démarche de coaching ou souhaitant simplement se renseigner sur le dispositif, prenez RDV en ligne à cette adresse :

[calendly.com/sunnysideapi](https://calendly.com/sunnysideapi)

Pour obtenir des renseignements ou un devis, n'hésitez pas à nous contacter à [contact@sunnysideapi.com](mailto:contact@sunnysideapi.com) ou au **01 84 16 71 77**