

COACHING PROFESSIONNEL



Se découvrir pour s'épanouir professionnellement

POURQUOI FAIRE APPEL A UN COACH ?

- Prendre un nouveau poste, se repositionner ou élaborer un projet professionnel en lien avec votre personnalité, vos talents et vos motivations.
- Apprendre à mieux gérer votre stress et vos émotions.
- Maîtriser vos prises de parole (lors d'entretiens ou en public).
- Avoir des repères, être guidé ou boosté.

COMMENT SE PASSE UNE SEANCE ?

Après avoir identifié votre objectif, nous explorons ensemble les différentes pistes pour vous y conduire. Nous identifions les freins, blocages et autres limites qui vous empêchent d'avancer et allons chercher vos ressources, forces et solutions pour obtenir ce qui est important pour vous. Vous repartez avec des solutions et des outils favorisant le passage à l'action.

EN PRATIQUE

Parcours Action (4 à 8 séances d'1 heure)

- Prendre une décision
- Clarifier un objectif et établir vos priorités
- Préparer un oral d'examen
- Passer à l'action
- Reprendre confiance en vous
- Apprendre à dire non
- Dépasser vos peurs

Parcours Vision (9 à 12 séances d'1h)

- Créer votre projet de vie
- Reprendre votre vie en main
- Accompagner un changement

LE COACH

Nina Bataille : Transmettre ! révéler ! Motiver !

- Coach certifiée ICF, son approche est avant tout centrée sur l'humain et intègre le coaching, les neurosciences et la psychologie positive.
- La qualité de vie personnelle et professionnelle, la motivation, la régulation du stress et la parentalité positive font partie de ses expertises.
- Auteur pour les éditions Larousse.

Nina Bataille - +33 6 18 07 23 83
contact@ninabataille-coaching.com
ninabataille-coaching.com

Nina Bataille
Coach Carrière & Family Sphère