



## **Accompagnement à la performance et à l'accomplissement personnel et professionnel.**

### **Un problème, tout un programme...**

Nous sommes tous, au quotidien, confrontés à une somme de problématiques, dans la sphère personnelle et/ou professionnelle. Ça s'appelle la vie...

Heureusement, nous avons été programmés pour en solutionner rapidement un maximum.

Par contre, quand nous ne disposons pas du programme réellement adapté à la situation, nous devenons nos pires ennemis.

Plutôt que de demander de l'aide, nous allons utiliser nos programmes génériques pour résoudre des problèmes spécifiques.

Pour la plupart, convaincus de notre force, nous compenserons inconsciemment les failles à grands coups de volonté. Et la réponse ne sera pas optimale.

Nous parviendrons à un résultat satisfaisant en apparence. Mais à quel prix ? Quels dommages collatéraux créerons-nous pour nous-mêmes et notre entourage ?

Changer de paradigme demande une force de caractère importante.

Je vous invite à vous poser simplement ces deux questions :

« Qu'est-ce qui fait selon vous que tous les ministres, les présidents, les dirigeants de grandes entreprises, les grands sportifs et autres vedettes font appel à des Coachs comme moi ? »

Et :

« Pensez-vous objectivement qu'ils s'imaginent être plus faibles que vous ? »

Ainsi, en acceptant que l'objectif à atteindre soit plus important que les croyances qu'on nous a inculquées, il est possible de dépasser ses schémas de raisonnement en boucles fermées et de réellement résoudre certains problèmes plus rapidement, plus sereinement et de manière plus pérenne.

C'est ce que je propose via le Coaching.

### **Une méthode, des solutions...**

L'intérêt de la méthode est bien connu des initiés depuis près de 30 ans. Comme tout ce qui a de la valeur, elle a d'abord été jalousement gardée. Elle tend néanmoins à se démocratiser lentement depuis une décennie.

En effet, pourquoi tout un chacun n'aurait-il pas le droit :

- d'être aidé pour clarifier les problématiques, pour faire de meilleurs choix
- d'obtenir des clefs théoriques sur les personnalités et les interactions humaines
- d'être soulagé, d'avoir un soutien inconditionnel, d'éviter un burn-out
- de mieux gérer son stress, son organisation, son temps, ses performances, sa carrière
- de dépasser un blocage, un conflit
- de s'affirmer, d'arrêter de subir
- de trouver un équilibre entre sa vie professionnelle et personnelle
- ... ?

Je suis devenu Coach pour permettre au plus grand nombre d'accéder à la puissance de cet outil inaccessible...

## **Alors comment et pourquoi ça marche le « vrai » Coaching ?**

Le Coaching est une méthode de résolution de problèmes intrapersonnels et interpersonnels fondée sur des techniques scientifiques éprouvées (psychologie, sociologie, neurosciences).

C'est une forme d'accompagnement spécifique centrée sur la personne,

Le partenariat COACH/Coaché est un contrat, délimité dans le temps qui permet, par le biais du questionnement, de faire émerger et mettre en œuvre des solutions individualisées.

Elles sont adaptées au coaché et tiennent compte de son environnement, ses comportements, ses capacités, ses valeurs, son identité.

Le Coach est garant du processus, le coaché est responsable du résultat.

C'est un catalyseur de potentiel qui permet d'atteindre un objectif de manière plus sûre, plus rapide et plus pérenne.

### **Déroulement :**

Je propose des interventions en tête à tête en visioconférence majoritairement.

Démarche conversationnelle : nous échangeons ouvertement et sans jugement.

Le coaché profite de ce temps dédié pour défaire des nœuds, éclairer les zones d'ombre.

Il s'autorise à être vrai, à sourire, à rire, à râler, à pleurer...

Il avance à son rythme.

Il s'appuie sur ses capacités et, au besoin, celles qu'il est en mesure d'acquérir.

Et de temps en temps, s'il en a envie, je lui donne des devoirs à faire...

### **Modalités :**

Rendez-vous d'une durée de 1h à 1h30.

Fréquence : intervalles de 1 semaine à 1 mois.

Contrats courts (3 à 15 séances) et arrêt possible à tout moment.

### **Mes principales formations :**

Master Coach Professionnel niveau II à l'Institut de Coaching International de Genève.

Certification Praticien Coach PNL (Programmation Neurolinguistique)

Certifications AT101 et AT202 (Analyse Transactionnelle)

EFT (Emotional Freedom Techniques)

Hypnose conversationnelle

**Contact :** [baptiste@will-b.fr](mailto:baptiste@will-b.fr)