

## Adaptive Coaching 10h

Déverrouillez le potentiel unique et insoupçonné de vos soft skills !

Code  
**703230**

Durée  
**10 heures**

Tarif Inter\*  
**4 000 €**  
HT

\*Repas inclus (en présentiel)

### PUBLIC

Manager confirmé - manager de manager expérimenté - chef de projets confirmé et toute personne désirant développer ses compétences douces de manière personnalisée et ciblée

### PRÉ-REQUIS

Aucun prérequis nécessaire

### LES POINTS FORTS

Une solution combinant diagnostic scientifique en partenariat avec des laboratoires de neurosciences et coaching professionnel

Un format intermédiaire (10h) : 1h d'analyse de votre profil et proposition de plan de coaching puis 6 séances de 1h30 de coaching

Un accompagnement personnalisé avec des coachs certifiés et expérimentés

Un coaching à distance, flexible et compatible avec votre activité

### MOYENS PÉDAGOGIQUES

- Un rapport détaillé de 13 de vos soft skills afin de mieux vous connaître
- Un plan de coaching adapté à vos besoins et à vos objectifs
- Des techniques de coaching éprouvées et efficaces
- Un bilan de coaching détaillé

### SATISFACTION ET EVALUATION

- Evaluation de l'action de coaching en ligne sur votre espace participant :
  - ▶ A chaud, dès la fin de la formation, pour mesurer votre satisfaction et votre perception de l'évolution de vos compétences par rapport aux objectifs de la formation. Avec votre accord, votre note globale et vos verbatims seront publiés sur notre site au travers d'Avis Vérifiés, solution Certifiée NF Service
- Suivi des présences et remise d'un bilan de coaching

## Objectifs pédagogiques

- Selon le bilan de vos compétences personnelles :
  - ▶ Développement des compétences interpersonnelles : écoute active, empathie, leadership
  - ▶ Développement des compétences intrapersonnelles : adaptabilité, gestion du stress, confiance en soi
  - ▶ Développement des compétences cognitives : résolution de problèmes, prise de décision
  - ▶ Développement des compétences organisationnelles : gestion du temps, planification

## Programme du module digital

### Temps 1 - Diagnostic des compétences

- Recevez sous 72h après votre inscription, par mail, le lien d'accès vers votre test Yuzu
- Réalisez une mise en situation immersive (Serious Game) d'une heure
- Recevez le bilan détaillé de vos 13 soft skills

### Temps 2 - Analyse et cadrage avec le coach

- Choisissez un coach certifié adapté à vos enjeux parmi notre réseau de coachs
- Partagez par mail votre bilan de compétence pour une analyse personnalisée
- Le coach prend rendez-vous avec vous pour une première séance de 1h durant laquelle il vous proposera :
  - ▶ une analyse détaillée de vos résultats
  - ▶ la définition de vos objectifs du coaching
  - ▶ la planification des prochaines séances de 1h30
  - ▶ la signature du contrat de coaching

### Temps 3 - Coaching individuel

- Participez aux séances à distance en fonction de votre agenda

## ACCOMPAGNEMENT FORMATION À DISTANCE

En cas de nécessité, une assistance technique et pédagogique est joignable entre 8h30 et 18h (jours ouvrés):

- par téléphone : 01 83 10 10 10
- par mail : [care-formation@lefebvre-dalloz.fr](mailto:care-formation@lefebvre-dalloz.fr)

Une réponse immédiate est apportée ; si besoin, le demandeur est mis en relation avec un expert dans un délai maximum de 48h.

- Travaillez sur vos axes de travail professionnels
- Testez des solutions adaptées à votre environnement de travail

## Temps 4 – Suivi et projection

- Recevez une synthèse dans les 10 jours suivant la dernière séance :
  - ▶ une synthèse du travail accompli lors des différentes séances de coaching
  - ▶ des objectifs personnels ou collectifs à atteindre à moyen terme pour prolonger la dynamique

## A noter

... \_\_\_\_\_

En amont et en aval de la formation, le positionnement pédagogique sera effectué à l'aide d'un questionnaire d'auto-positionnement.