

## Coaching individuel :

La Clé de Soi accompagne le salarié ou le professionnel :

- **En coaching de compétence** (savoir mieux faire) qui s'adresse à la personne désireuse d'améliorer ses compétences. Le coach joue un rôle de formateur individuel combiné au rôle d'un entraîneur qui prodigue des encouragements et des conseils personnalisés.
- **En coaching de performance.** Le coach est un stimulateur de potentiel. Il accompagne son client pour optimiser ses ressources et dépasser ses limitations par le biais d'une préparation mentale et émotionnelle. Il l'aide à gérer ses paramètres émotionnels et leur communication.

## Coaching d'équipe :

- La Clé de Soi accompagne une équipe dans son fonctionnement, sa réflexion collective, sa prise de décision et ses actions, par une maïeutique visant à l'aider à cheminer et gagner en autonomie, synergie interne et externe, confort, performance et créativité. L'équipe garde à tout moment le contrôle de ses objectifs et de leur mise en oeuvre.
- Le but du coaching d'équipe est que le résultat de l'ensemble de l'équipe dépasse la performance individuelle.

## Coaching en situation de tension :

- Certains événements individuels ou collectifs peuvent engendrer des souffrances psychiques durables chez les personnes qui y sont confrontées, ébranler les relations entre les personnes.
- La Clé de Soi vous propose de vous accompagner pour alléger les traumatismes immédiats ou durables et les sentiments de culpabilité, et de vous aider à désamocer les tensions collectives. Si nécessaire, la Clé de Soi oriente vers une structure relais.

## Ethique du Coaching selon la Clé de Soi :

- Elle repose sur des principes de confidentialité, de compétence (validée par son expérience en situations professionnelles et ses formations), de respect de la personne coachée qui doit réellement s'impliquer. En aucun cas le coach ne fait ou ne décide à la place de la personne coachée. Il s'interdit tout abus d'influence et recherche avant toute chose, la meilleure autonomie du bénéficiaire.