

LE COACHING ça sert à quoi ?

**Faire le point sur ses
pratiques professionnelles**

Clarifier, préciser
ses problématiques
et y remédier

**Savoir se positionner
en situation de tension
ou de conflit**

Développer son potentiel
professionnel

**Améliorer sa prise de
parole en public**

Trouver plus de sérénité
au quotidien

**Changer de perspective
face à un blocage**

...

Nous contacter



Pour toutes demandes d'informations
ou d'interventions

Mathilde GAUDIN

Coach professionnelle certifiée Emergitude (ICF)
Formée à la communication non violente

07 66 18 32 31
mathilde.gaudin@cuma.fr

La prestation coaching est facturée
80€ la séance individuelle
60€ par personne en séance collective

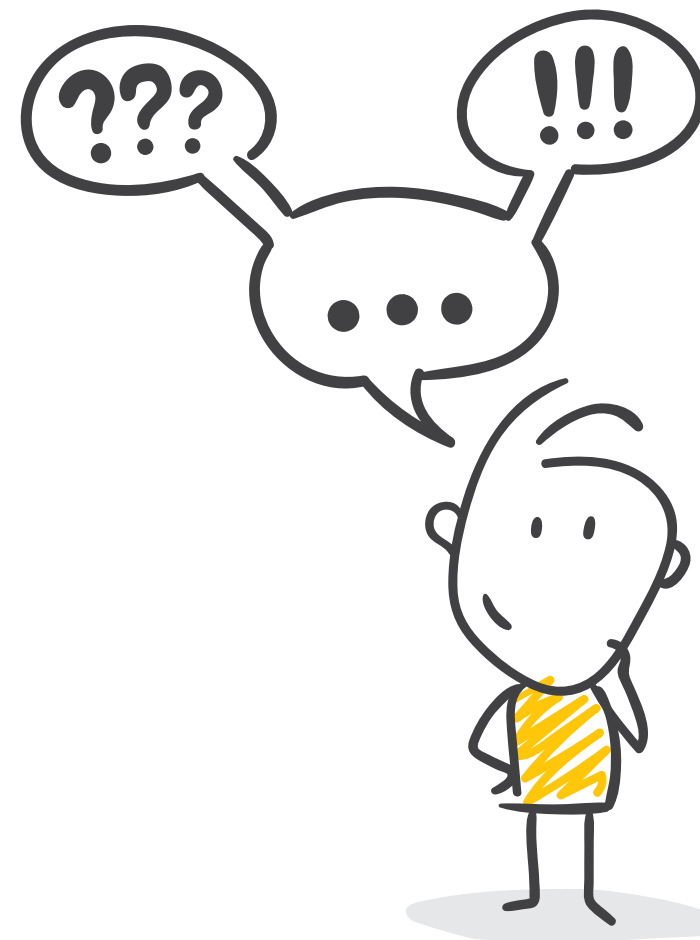
www.ouest.cuma.fr



CUMA 
OUEST
LA PUISSANCE DU GROUPE



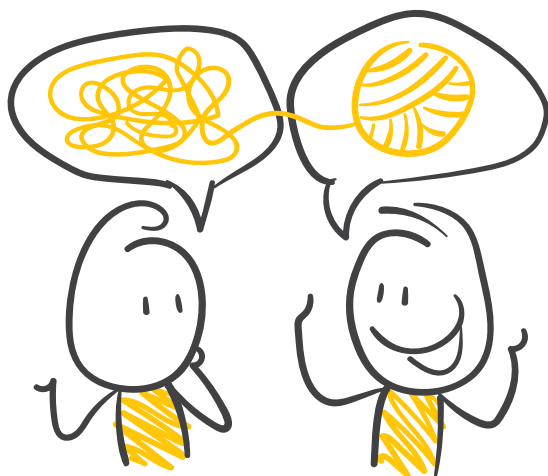
CUMA 
OUEST
LA PUISSANCE DU GROUPE



© Fédération régionale des cuma de l'Ouest - octobre 2024

dynamiser développer renforcer
COACHING PROFESSIONNEL

Concrètement...



Administrateurs·rices et responsables

- Prendre du recul sur ses missions
 - Mieux vivre un changement
 - Trouver de l'assurance
- Réussir à appliquer des décisions
- Résoudre des situations de mécontentement avec des adhérents
- Trouver sa juste place dans la collaboration avec les salariés...

Salarié·es :

- Démêler des situations de blocage
 - Mieux vivre un changement
- Prendre du recul sur mes missions
- Définir des solutions pour améliorer son organisation du travail
- Améliorer ses relations avec ses collègues...

Comment ?

Une dizaine de séances d'une heure en **individuel**.

Possibilité de séances **collectives**.

En présentiel, en visio ou un mix des deux modalités.

Le coaching professionnel

C'est accompagner une personne pour qu'elle trouve **ses propres solutions** à ses questionnements.

C'est un échange pour susciter la réflexion, la créativité, afin de **maximiser son potentiel professionnel**.

Une méthode active, qui permet, par le questionnement et l'utilisation d'outils adaptés, **d'atteindre les objectifs professionnels fixés**.

Ça permet d'avoir du recul, de ne pas avoir la tête dans le guidon.
A. - agriculteur

Un immense merci à Mathilde qui a réussi à me faire atteindre plus que l'objectif initial ! Ne connaissant pas du tout le coaching à la base, si j'ai d'autres problématiques à régler à l'avenir, je passerai par le coaching sans hésiter.
G. - dirigeante d'entreprise

Mathilde m'a rapidement fait passer à l'action dans mes projets professionnels grâce à sa palette d'outils notamment au coaching d'objectifs
L. - animatrice

Mathilde m'a accompagnée à fixer des objectifs de séances clairs et concis. Et, de rendez-vous en rendez-vous, il est stimulant de rendre visible le chemin parcouru
L. - animatrice