

Coaching

management inter- & nationale, gestion de la postulation

Objectif/Vision/Idee clé

A. Réorientation / Renaissance

L'**objectif** de CvB LIFE LONG L-EARNING est d'accompagner les personnes lors de certains tournants clés de leur vie, pour faciliter et accélérer leur réorientation ou leur ré-invention.

B. Séquences et patterns de pensée, de comportement et d'émotion

Le travail d'un coach consiste à développer la conscience d'une personne qui cherche la réponse à une question ou à un ensemble de questions. Un individu n'a généralement pas conscience de ses séquences et patterns de pensée, de comportement et d'émotion. Le fait de s'appuyer sur la volonté d'une personne, sur sa curiosité, sur l'analyse d'évènements passés ou bien encore sur son intelligence émotionnelle, est une manière passionnante et revigorante de trouver de nouveaux modèles pour traiter des situations nouvelles et ordinaires avec une approche différente bien qu'authentique.

C. Plus-value

La conscience accrue des structures sociales et sociologiques, la liberté et la protection mais également les limites qu'elles induisent sont une énorme plus-value pour nos vies privées et professionnelles.

Le particulier est capable de continuer à développer sa famille ou son partenariat ou de l'accompagner consciemment et de manière active à travers les différentes étapes du changement.

Le professionnel est capable de mieux comprendre ses clients, ses chefs, ses collègues, ses employés et ses fournisseurs et d'être mieux compris d'eux.

De manière générale, le particulier parvient mieux à utiliser ses qualités sans avoir besoin de sacrifier sa vie privée ou professionnelle, ni celle des autres. Le terme "carrière" a pris une dimension totalement nouvelle. Ce terme signifie une approche holistique de l'harmonie et de l'accomplissement dans tous les domaines existentiels de notre vie quotidienne.

Les personnes qui se posent les questions suivantes et qui sont capables d'y répondre ainsi ont des carrières holistiques :

- Questions :

“Qu'est-ce qui me rend heureux ?”

“Qui me rend heureux ?”

- Réponses :

“Ce que je fais !”

“Les personnes qui m'entourent !”

Ces personnes n'hésitent pas à se poser ces questions à maintes et maintes reprises tout au long de leur vie. Dans le cas où la réponse est négative, ils relèvent le défi de modifier les facteurs qui sont responsables de leur chagrin ou de leur inconfort et qui les empêchent d'avoir une carrière holistique.

Ceci demande beaucoup de créativité, encore plus d'énergie, et par-dessus tout du courage. Chacun d'entre nous a, au fond de soi-même, suffisamment de ces qualités pour devenir heureux, satisfait et entouré de succès. Il suffit juste de modifier un simple paramètre pour changer la totalité d'un système.

Le Coaching nous aide à découvrir, à développer et à vivre nos propres carrières holistiques. Il nous permet de découvrir de nouvelles sources de créativité, d'avoir bien plus d'énergie et un courage énorme en choisissant une méthode intégrative, qui emmène le monde autour de nous dans un voyage vers une vie holistique.

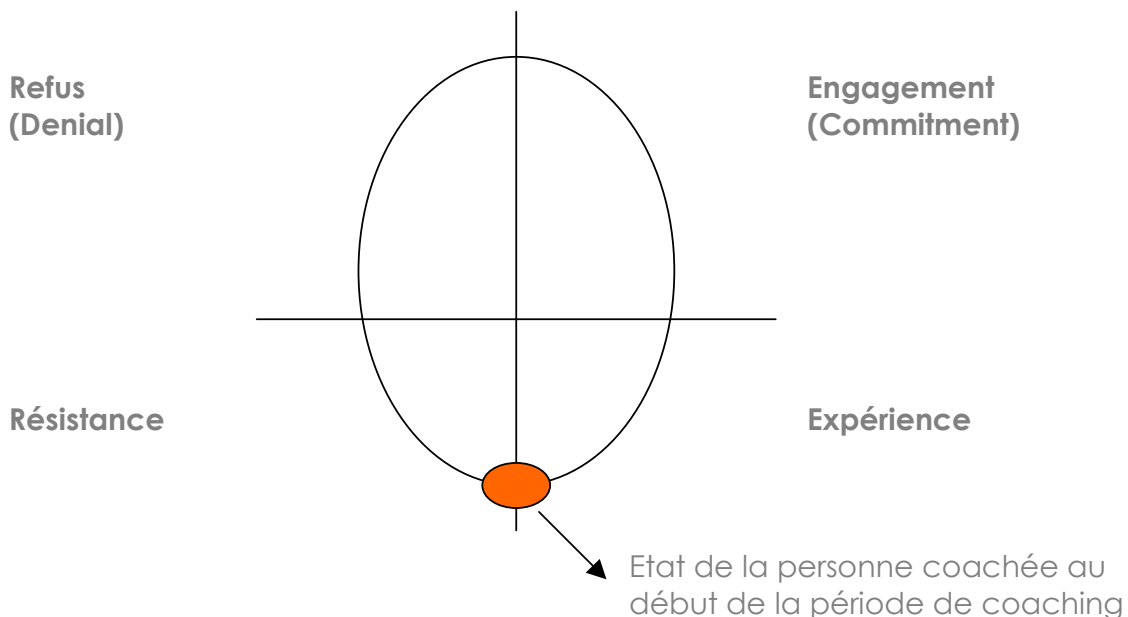
Le corps, l'âme et l'esprit sont à l'origine de notre créativité nécessaire, de notre énergie et de notre courage. Il suffit que l'une de ces sources soit submergée, ignorée ou négligée par ignorance, par négligence, à cause d'une tristesse, d'une aliénation, d'une maladie ou encore d'un accident pour que vous manquiez l'occasion de débiter votre propre carrière holistique.

Ainsi, l'examen critique des besoins, pensées et émotions de chacun est un autre apport fondamental du Coaching. Toutefois, il n'est possible d'examiner quelque chose que si nous en sommes parfaitement conscient.

Besoin de Coaching

Le besoin, d'ordre professionnel ou privé, devient un besoin de développement s'il peut être satisfait en faisant des changements utiles et conscients dans la manière dont une personne réagit à une situation cognitive et affective. Un besoin de coaching est un besoin qui ne peut être traité que par des méthodes de développement. La personne coachée doit ressentir ce besoin, et elle doit avoir un fort désir de changement.

D. DREC - Diagramme



Souvent, et seulement lorsqu'il y a un travail d'équipe avec le coach, nous parvenons à comprendre comment nous pensons et quelles sont les résultats dictés par ce mode de pensée. Ce n'est que lorsque nous parvenons à cet état de conscience de nous-même que nous sommes soudainement en position de faire un choix. Nous sommes alors capable de décider en toute conscience si nous souhaitons continuer à nous appuyer sur notre ancien processus décisionnel ou si nous préférons créer un nouveau mode de pensée et le laisser nous conduire vers le succès. Beaucoup d'entre nous vivent avec le conflit insurmontable suivant : les attentes personnelles opposées aux attentes de la société.

En réalité, il existe des conditions préalables à chacune de ces attentes. "Aimer votre prochain comme vous-même" nécessite que vous ayez besoin de pouvoir vous aimer vous-même pour être capable d'aimer quelqu'un d'autre. Vous avez besoin de vous aimer et de vous soucier de vous-même, de votre corps, de vos forces et de vos faiblesses. Ce n'est qu'alors que vous êtes capable d'aimer votre prochain, de le respecter pour ce qu'il est, de comprendre ses faiblesses et de les respecter.

Certaines questions ou pensées - un besoin de bien-être - peuvent être adressées en découvrant l'équilibre interne entre le corps, l'âme et l'esprit.

En outre, à certains moments de votre vie, certaines questions ont besoin d'une réponse mais le mode de pensée habituel et les méthodes de résolution ne sont pas plus satisfaisants et ne vous offrent qu'un spectre limité de solutions et de réponses. Le "d-éveloppement" en dehors de certaines structures engendre quelques obstacles qu'il faut réussir à surmonter si l'on veut obtenir des réponses nouvelles, différentes et meilleures. Afin d'établir, de manière consciente ou pas, l'équilibre dans notre vie (à nouveau), nous avons besoin d'une impulsion, d'un conseil, de quelques explications, de quelques questions qui nous aident à clarifier le mini scénario de notre vie. Nous avons également besoin d'aide pour élargir, changer ou même effacer ce mini scénario.

Le besoin d'un partenaire compétent pour nous aider à établir ou rétablir cet équilibre apparaît à différents moments de notre vie. Le coach peut être ce partenaire compétent.

Le déséquilibre se manifeste de lui-même de l'une ou de plusieurs des manières suivantes :

1. Le corps "Invalides du bureau" : Tension physique unilatérale, tension émotionnelle et / ou tension mentale - douleur physique, faible concentration, agression, fatigue mentale.
2. L'âme Les relations humaines sont marquées par la distance, l'indifférence, les conflits, l'ignorance, les malentendus d'ordre privé ou professionnel, les tensions physiques, des problèmes de peau, la frustration générale, l'impatience, la fatigue, la perte de motivation et de perspectives.
3. L'esprit La communication et le comportement mènent rarement aux actions ou aux réactions attendues. Certains comportements et types de caractères sont incompatibles avec soi-même, ou alors ils créent une résistance réciproque qui conduit à la frustration, qui engendre des blocages psychologiques et qui pousse à éviter certaines situations.