



## COACHING DE CARRIÈRE

### QUE PEUT VOUS APPORTER LE COACHING DE CARRIÈRE?

Le coaching de carrière est un processus interactif entre un cadre et un coach professionnel. Il vise **l'atteinte plus rapide et plus efficace** de cibles de développement personnel et professionnel.

Se faire accompagner par un coach implique l'idée que vous êtes **vraiment décidé à obtenir de meilleurs résultats** que ceux que vous avez présentement.

Le coach de carrière est **un partenaire** qui prend à cœur **votre** projet de réussite ou de transformation. Il est démontré que les personnes coachées établissent de meilleurs objectifs, se maintiennent davantage en action, prennent des décisions éclairées et utilisent beaucoup mieux leurs talents naturels visant à l'amélioration de leur bien-être global.

Plus spécifiquement, voici des exemples d'objectifs ciblés en coaching de carrière :

- Être en quête de nouveauté/défis professionnels
- Savoir se positionner pour atteindre son but
- Améliorer sa satisfaction professionnelle
- Explorer et clarifier ses intérêts, ses compétences clés et ses habiletés
- Se préparer à une entrevue (simulation)
- Avoir une meilleure connaissance de son *soi* professionnel
- Réussir une transition professionnelle
- Se faire accompagner lors d'un changement (restructuration, changement organisationnel, rétrogradation, etc.)
- Réaliser un projet professionnel avec succès
- Développer de meilleures stratégies dans une démarche de mobilité
- Mieux se connaître et reconnaître sa valeur professionnelle, ses valeurs au travail, etc.