

ACCORD DE COACHING

POUR ÉTABLIR UN PARTENARIAT PUISSANT ET EFFICACE

Qu'est-ce que le coaching?

Selon la Fédération Internationale de Coaching (ICF), le coaching est "un **partenariat** qui met l'accent sur l'**action** que nos clients ont l'intention de prendre pour réaliser leurs **visions**, leurs **buts** et leurs **désirs**. Le coaching suscite des **questionnements** amenant les client.es à la **découverte** d'eux-mêmes, ce qui hausse leur niveau de **perception** et de **responsabilité**. Ceux-ci bénéficient d'une **structure d'accompagnement**, de **soutien** et d'une précieuse source de rétroaction."



Le coaching est un outil puissant de connaissance et de réalisation de soi. C'est un processus **collaboratif**, dynamique et créatif, fondé sur le principe que chaque personne détient en elle toutes les ressources dont elle a besoin. Il suffit parfois seulement d'un petit coup de main pour les faire émerger et apprendre à les utiliser.

Le processus met l'accent sur la **situation présente** de la personne coachée et sur **les actions qu'il ou elle est prêt.e à mettre en œuvre pour atteindre ses objectifs**.

Les personnes qui s'engagent dans une démarche de coaching peuvent améliorer leurs capacités de réflexion et de décision, mener avec plus d'assurance leur vie privée et/ou professionnelle, améliorer la qualité de leurs communications et de leurs relations interpersonnelles, apprendre à identifier et vivre leurs émotions, libérer leur créativité, vivre plus aisément une transition de vie, etc.

Programmation Neuro-Linguistique

La PNL nous enseigne que chaque personne s'est construite une représentation du monde en emmagasinant et en reliant entre elles, de façon souvent inconsciente, les informations provenant **des cinq sens**. Le travail de PNL permet d'explorer les "programmes" (perceptions, pensées, réactions, langage) qui sous-tendent nos difficultés et nos réussites, de les transformer et de faire des choix conscients pour atteindre nos buts.



En tant que **praticienne certifiée en PNL**, je possède un bel ensemble d'exercices pour vous aider à : reconnecter avec vous-même, identifier et faire ressortir vos ressources intérieures (confiance, lâcher prise, concentration, etc.), transformer votre rapport à certaines situations, créer de nouvelles habitudes, etc.,

le tout dans un espace parfois ludique, parfois plus intériorisé, mais qui sera invariablement enveloppé de respect et de bienveillance.

Combien de temps, à quelle fréquence, et comment se déroule le coaching?

La fréquence des rencontres et la durée de la démarche de coaching varient selon l'objectif visé et les besoins de chaque personne. Les rencontres se font généralement sur une base **hebdomadaire ou bimensuelle, et durent entre 1h et 1h30**. Il est fortement recommandé de les tenir à la **même heure chaque semaine**. Elles peuvent avoir lieu en personne, par téléphone, par Skype/Zoom; en français ou en anglais.

Notez que je suis **disponible entre les rencontres** si vous avez besoin de clarifier un point. Vous pouvez correspondre avec moi par courriel, texto, ou Messenger. Je ferai de mon mieux vous vous répondre dans les 24h.



Paiement

Votre investissement monétaire **symbolise l'engagement** que vous prenez envers votre démarche vers l'atteinte de vos objectifs.

D'ici la complétion de mon niveau Maître-Praticienne en PNL et l'obtention de mon accréditation de la Fédération Internationale de Coaching (ICF), prévu en avril 2020, mon tarif se situe sur **une échelle de 60 à 80\$** par séance, selon votre revenu/capacité. Vous avez également l'option "**forfait 6 séances pour 300\$**". Le paiement se fait en argent ou par virement bancaire (informations ci-dessous). Il est *suggéré* de **payer votre séance avant** celle-ci, tout de suite après la prise du rendez-vous. Cela marque votre engagement envers vous-même et votre processus.

Virement interac au socrato_05@hotmail.com ou au **581-578-6018**

Le mot de passe à inscrire est : **Authenticité**

Notez que je serai *bientôt* en mesure d'offrir des reçus de naturopathie.

Références



Si vous appréciez ce que la relation de coaching apporte dans votre vie, sachez qu'**être référée** est une des **plus belles reconnaissances** que je puisse recevoir de vous. **Si vous me référez quelqu'un** qui entreprend une démarche de coaching facturée, vous recevrez une **séance de coaching gratuite!**

Changements et annulations

Dans le cas où vous devriez **annuler ou changer** une séance, vous devez m'en aviser **48h à l'avance**, faute de quoi vous serez facturé. Si je manque ou annule une séance à la dernière minute, vous recevrez une autre séance gratuite en plus de reprendre celle manquée.

Je m'attends aussi à ce que vous **soyez à l'heure** pour nos séances. Si je suis en retard, je vous rembourserai le temps du retard. Si vous êtes en retard, le temps perdu ne sera pas remboursé ni repris, à moins d'un arrangement contraire.

Confidentialité

La confiance est essentielle dans l'établissement d'un fort partenariat de coaching. Je garantis que ce que vous partagez restera **confidentiel**. Dans le cas où j'aimerais partager de l'information, je vous demanderai une **autorisation écrite**.

En signant le contrat ci-dessous, vous m'autorisez à inscrire votre nom, les heures de coaching réalisées ainsi que vos coordonnées dans mon **registre de coaching**, qui servira uniquement à soumettre ma candidature aux fins de ma reconnaissance professionnelle par un organisme certifiant. Au besoin, l'organisme certifiant pourrait vous contacter pour confirmer que vous étiez ou êtes effectivement l'un.e de mes client.es. Aucun autre usage ne sera fait de ce registre.

En accord avec la loi, je me réserve le droit d'agir si je sens que votre sécurité ou celle d'autrui est en danger.

Notez que j'adhère par ailleurs au [code déontologique de la Fédération Internationale de Coaching](#) (ICF).

Accord de coaching

Notre contrat de coaching est volontaire et **chacun.e de nous** se réserve le **droit de terminer ce partenariat** à n'importe quel moment et sans justification. Toutes les actions et décisions sont les vôtres et vous êtes le ou la seul.e responsable des résultats de ces choix et actions. À titre de coach, je vais vous encourager, vous motiver, vous guider et vous soutenir dans votre développement et votre succès, mais c'est vous qui choisissez jusqu'où vous allez et à quelle vitesse. **Toute la responsabilité de vos décisions et leurs conséquences reposent sur vous.**

Et voilà! Si vous avez quelque question que ce soit, envoyez-moi un courriel!

Au plaisir de vous accompagner dans la réalisation de vous-même!

Ève

Merci de me remettre une copie **signée** de la page suivante lors de notre première rencontre. Vous pouvez également me la retourner par courriel.

Contrat

Responsabilités

Voici en bref le partage des responsabilités dans le cadre d'un accompagnement de coaching:

Coaché.e	Coach
<ul style="list-style-type: none">● Tracer un portrait fidèle de la situation (participer activement à préciser ses besoins)● S'exprimer le plus honnêtement possible sur ses sentiments et difficultés● Faire preuve d'ouverture● Faire confiance à son coach et au processus de coaching● Prendre des décisions tout au long du processus● Respecter ses engagements● Réaliser les actions convenues	<ul style="list-style-type: none">● Gérer le processus de coaching : faire préciser l'objectif, faire prendre conscience, faire voir les perspectives et faire émerger des moyens et des actions pour atteindre l'objectif● Observer sans jugement● Conserver au coaché sa responsabilité et son imputabilité● Maîtriser les outils du coaching● Créer un environnement propice à l'atteinte de l'objectif● Respecter la confidentialité

Engagement

La signature de ce contrat indique que vous l'avez lu l'Accord de Coaching et que vous acceptez les modalités de fonctionnement.

Nom de la coach: _____ *Ève Brière* _____

Signature: _____ Date: _____

Nom de la personne coachée: _____

Signature: _____ Date: _____