

La formule du Coaching d'Équilibre en un clin d'œil



Perspectives

- Savoir exactement de quoi il est question dans le coaching. Quel est le sujet ?
- Faire en sorte que le client prenne conscience qu'il a un certain perspective, qu'il l'explore et qu'il lui donne corps.
- Explorer et habiter d'autres perspectives (vous pouvez faire un brainstorming sur les perspectives et ensuite les habiter, ou bien les prendre une à une et les habiter au fur et à mesure qu'elles se présentent).

Choix

- Faire en sorte que le client se connecte avec le Capitaine et son Équipage, et avec sa Mission de Vie pour faire un choix résonnant.
- Faire en sorte que le client choisisse la perspective qui est la plus en alignement avec sa Mission de Vie et/ou son Capitaine et son Équipage

Stratégie Co-Active

- Créer un espace d'où naîtront des actions constructives en mettant le client en contact avec sa Mission de Vie, son Capitaine et son Équipage, ses Valeurs, ses Ressources intérieures et extérieures.
- Créer quelques Oui et Non dans cet espace.
- Voir quelles actions vont émerger de cet espace riche et résonnant.
- Créer quelques Oui et Non en ce qui concerne les actions

Engagement

- Pour honorer cet engagement, demander au client d'écrire à quoi il a besoin de dire Oui à et à quoi il a besoin pour de Non à.
- Demander au client de s'engager et/ou de déclarer d'une manière ou d'une autre son engagement dans cette stratégie en énonçant à haute voix ses Oui et ses Non.

Action

- L'action se déroule en dehors de la séance, accompagnée d'une structure qui aide le client à tenir son engagement