

### ARGOS COACHING



**Franchir un pas, redéfinir vos objectifs, dynamiser votre vie personnelle et professionnelle, gagner en confiance en vous pour réussir vos examens, vos entretiens d'embauche ....ou un RDV avec votre banquier !!**

L'équipe de Coachingandco.com vous aide à trouver ou retrouver « la clé qui est en vous ».

**Le coaching, ça marche ?** Oui, bien sûr, mais à condition de faire votre part de « travail » : inutile d'attaquer un régime si vous continuez à vous gaver de sucreries !! Et tout dépend aussi de la qualité du coach lui-même. Les coaches de Coachingandco peuvent justifier de 10 ans d'expérience dans leurs domaines de spécialité :

**Le coaching jeunes :** « Votre futur bachelier n'en mène pas large quand on lui parle de son oral de TPE ?, Il (elle)

stresse pour ses exams ?, Il (elle) a du mal à s'organiser ?, Il (elle) hésite pour son avenir ?... »

Le coach et pédagogue qui va l'assister, lui donnera la méthode pour gérer son stress quelques minutes avant l'oral, lui permettra de planifier son année scolaire, d'anticiper les difficultés plutôt que de les subir. Par des trainings filmés et débriefés, il lui permettra de prendre conscience de ses tics et de ses défauts pour ensuite développer ses qualités à l'oral pour mieux présenter ses compétences lors d'un entretien pour un stage ou pour son premier job !!

**Le life coaching :** situation tendue au bureau, cadres sous pression, employés en perte de motivation, licenciement périlleux, angoisse pour la prise de parole en public, ...que peut vraiment le coach ? :

Faire le bilan de la situation, en agissant sur mesure, permettre de se remettre en cause, éclaircir la vision d'une situation, provoquer le questionnement, ...  
Puis, aider à trouver une solution, en mettant en place un protocole de suivi

individuel : les mises en situation, les jeux de rôles, les projections dans le futur, vont permettre de reprendre confiance en soi progressivement et de s'inscrire à nouveau dans une spirale ascendante de réussite, ...quitte à tout changer !!  
Le coach n'est pas un psy, un médecin, un parent ou un ami. C'est un interlocuteur neutre, qui vous accompagne sans jugement, sans a priori.

L'équipe de Coachingandco, des experts spécialistes en accompagnement, est à votre disposition sur RV pour faire un « état des lieux ».  
Contactez Agnès Uhrweiller, et quelle que soit la problématique : coaching jeunes ou coaching de vie, interventions ponctuelles ou programme plus étoffé, à votre domicile ou en entreprise, son équipe vous aidera à obtenir des résultats précis et concrets.

**Agnès UHRWEILLER**

Contact :  
[www.coachingandco.com](http://www.coachingandco.com)  
[contact@coachingandco.com](mailto:contact@coachingandco.com)  
Agnès uhrweiller :  
06 84 55 31 07