

CONTRAT D'ACCOMPAGNEMENT INDIVIDUEL

GESTION DU STRESS / ACCOMPAGNEMENT PARENTAL



Contrat établi entre :

le bénéficiaire Madame ou monsieur Lysiane DUFOSSE

demeurant à _____

tel :

Mail : _____ ldufosse @conservateur-conseil.fr

Également dénommé « le coaché ».

Et Claire TETIER

Demeurant à Gamaches (80220), 3 rue Richard Lenoir

tel : 06.33.31.80.85

Mail : ctetier.disciplinepositive@gmail.com

dénommée « le coach »

Il est convenu ce qui suit :

1. Préambule

Le coaching est un accompagnement individuel et personnalisé d'une personne vers une autonomie dans une dynamique de changement. C'est un processus de co-construction basé sur des entretiens et des exercices.

Ce processus repose sur une relation de collaboration, il est orienté par des objectifs définis au départ.

Il vise à permettre au bénéficiaire de développer son potentiel, ses savoir-faire et savoir-être pour mieux s'adapter à son environnement professionnel.

Rôle du Coach : Le Coach, propose des repères qui pourront aider le bénéficiaire à se positionner. C'est un accompagnateur du changement qui permet à la personne de franchir les étapes nécessaires à ses mutations. A la différence d'un conseiller, il s'abstient d'énoncer des solutions et accompagne le bénéficiaire pour qu'il élabore ses propres réponses.

2. Objet du contrat

Le présent contrat porte sur un accompagnement de coaching suivant la définition du préambule.

2.1. Le contexte est le suivant :

Des préoccupations d'ordre familial rejaillissent sur la vie professionnelle de Mme Dufossé, elle se sent parfois découragée voire déprimée et perd son humeur joviale alors que tout va bien sauf qu'elle s'inquiète beaucoup pour son fils Nicolas âgé de 21 ans.

2.2. Les besoins du coaché :

Un entretien a eu lieu entre Lysiane DUFOSSE et C.Tetier en date du 06/08/2024. Il apparaît que les besoins sont :

- avoir des outils concrets de gestion du stress
- avoir des pistes pour réguler les relations avec son fils

2.3. Les demandes faites par le coaché au coach sont :

- j'aimerais relativiser les choses avec Nicolas, pour employer un ton moins sec et être moins directive dans mes propos à son égard et dans nos interactions.
- j'aimerais ne plus faire de crises d'angoisse et retrouver une certaine sérénité.

3. Modalités d'accompagnement

Le présent accompagnement commence le 12/08/2024 et prendra fin le 15/11/2024. Il est considéré comme un processus qui se déroule pendant les séances, et entre les séances .

L'accompagnement comprend 10 à 12 séances en visio, la réalisation de tests, la possibilité d'échanges par mail.

Les séances porteront sur des échanges, des exercices pratiques à partir d'exemples vécus par la personne accompagnée. Du travail pourra être demandé entre les séances.

Un support écrit sera fourni pour chaque séance (constitution d'un livret personnel au fur et à mesure des séances) et des documents complémentaires seront regroupés sur un mur virtuel.

La durée moyenne des séances en face à face est de 1h à 1h15.

Les dates de séances sont programmées

X6 au fur et à mesure

o aux dates suivantes : nous avons pour l'instant fixé les 2 premières dates, lundi 12/08 à 10h et lundi 19/08 à 8h30. A chaque fin de séance, nous confirmerons la prochaine et fixerons la suivante, et ainsi de suite jusqu'au 15/11/2024.

Les parties prenantes se donnent la possibilité de modifier d'un commun accord les dates.

4. Déontologie du coach

Le coach respecte les éléments suivants dans la réalisation de sa prestation :

- Respect de la confidentialité des entretiens
- Respect du bénéficiaire, de sa personne, de ses choix
- Respect de la finalité du coaching : développer l'autonomie de la personne afin qu'elle assume pleinement ses choix
- Interdiction de tout abus d'influence
- Régulation de sa propre pratique dans un lieu de supervision.

5. Engagements réciproques

- Implication : la personne accompagnée s'implique dans le processus de coaching, dispose de temps pour les séances de coaching et leur préparation .
- Ponctualité : le Coach s'engage à respecter les heures et dates de rendez-vous.
- Assiduité : en cas d'empêchement, le bénéficiaire et le Coach s'engagent à prévenir à l'avance l'annulation ou le report de la séance, par téléphone au moins 24h auparavant.
- Le Coach est tenu à une obligation de moyens. ; il n'est pas tenu à une obligation de résultat. Le Coaching est un processus qui s'inscrit dans le temps où le Coach permet au bénéficiaire de faire un cheminement vers ses objectifs.

· Le bénéficiaire est responsable de son travail et de toutes les conséquences sur lui-même. Le Coaching étant un processus de développement personnel et professionnel, le bénéficiaire a la responsabilité des décisions prises. En aucun cas, le Coach ne peut être tenu pour responsable des décisions professionnelles ou personnelles du bénéficiaire pendant la période du Coaching ou ultérieurement.

Le client est responsable de son travail et de toutes ses conséquences sur lui-même. Le contrat est un contrat de moyens et non pas un contrat de résultat. Ces moyens sont le temps et la compétence du coach.

6. Conditions financières et modalités de paiement

En contrepartie de l'accompagnement sus défini sur une durée de 3 mois, le bénéficiaire s'engage à acquitter la somme forfaitaire totale de 400 euros (tarif promotionnel) auprès de Graines de Confiance pour 3 mois , soit l'équivalent 33 euros par séance.

Une facture sera établie à l'issue des 3 mois d'accompagnement pour paiement dans les 30 jours.

7. Conditions de résiliation

La personne accompagnée ou le Coach peuvent, sans avoir à s'en justifier, interrompre à tout moment le travail en cours. Une séance de clôture sera alors nécessaire pour terminer le processus commencé, quelle que soit la partie à l'initiative de l'arrêt anticipé.

Dans ce cas, les séances déjà effectuées seront facturées au tarif de 33 euros par séance.

Contrat établi en 2 exemplaires originaux

Fait à Amiens, en 2 exemplaires le _____ /2024.

Pour le bénéficiaire

Pour le Coach

écrire manuellement «Lu et approuvé»

«Lu et approuvé»

Signature :

Signature :

