

Les spécificités du processus de coaching CAP

Proposition : Prendre le temps de revenir sur son objectif n°1, celui qui, résolu, nous permettrait le mieux d'avancer vers qui nous souhaitons être, et de réaliser ce défi pour commencer à le rendre réel.

Dans la formation Expérience CAP :

~ Module 1 ~

Module 1 – Défi 4 : CAP de faire 50% du chemin vers ton objectif ?

Dans ce défi, nous allons aborder la notion d'objectif.

Quel est l'objectif n°1 que vous voulez atteindre, que vous voulez réaliser ?

Cette question a déjà été abordée dans le cadre du contrat d'auto-coaching - qui représente un véritable acte d'amour envers vous-même. Sa complexité impose néanmoins d'y revenir de manière plus approfondie.

— . — . — . — . — . — . —

Module 1 – Défi 5 : Je me prépare ma boussole

Le Coaching de l'Alignement au Projet (CAP) a comme objectif ultime de vous aider à construire votre Vision, c'est à dire à identifier :

*Qui vous voulez être,
Ce que vous voulez créer,
Où vous voulez aller,
Quel message vous voulez laisser,
Comment vous allez vous y prendre.*

Construire votre Vision, c'est avant tout la dessiner pour pouvoir ensuite la créer pas à pas.

— . — . — . — . — . — . —

Module 1 – Défi 16 : CAP de faire le bilan de ce module ?

Comme vous avez pu le découvrir dans les défis précédents, le Coaching de l'Alignement au Projet (CAP) a pour objectif final de *vous aider à construire votre Vision*. Le CAP est également un cheminement : celui de la boussole de l'alignement, avec ses 4 piliers et 4 clés.

A présent, nous vous proposons d'appliquer à votre objectif n°1
- suivre cette formation - le cheminement de la boussole.

— . — . — . — . — . — . —