



TON CARNET d'exploration COACH



Ta feuille de route pratique
pour explorer le métier de coach
et avancer avec confiance.



TON TABLEAU D'EXPLORATION

Voici ton parcours en 5 étapes pour explorer le métier de coach
et clarifier ton projet.

Coche chaque étape au fur et à mesure de ton avancée.

ÉTAPE	QUESTION CLÉ	RESSOURCE À EXPLORER	VALIDÉ
01	Est-ce un vrai appel... ou une simple idée passagère ? Comment savoir si cet élan vient vraiment de toi ?	 Audio introspectif Les signes qui montrent que le coaching pourrait réellement être ta voie	<input type="checkbox"/>
02	Suis-je assez avancée pour accompagner les autres ? Faut-il avoir "tout réglé" pour devenir coach ?	 Conférence Les clés pour comprendre si tu es prête à accompagner dès maintenant	<input type="checkbox"/>
03	Et si ma sensibilité était une force ? L'hypersensibilité est-elle un atout dans ce métier ?	 Vidéo bonus Les 7 qualités essentielles pour être coach aujourd'hui (et comment les révéler)	<input type="checkbox"/>
04	Quel type de coach ai-je envie de devenir ? Quel impact ai-je envie de créer dans le monde ?	 Méditation guidée Te relier à la coach en toi et visualiser ta vie de coach idéale	<input type="checkbox"/>
05	Comment choisir la bonne formation ? Les critères essentiels pour faire le bon choix et éviter les erreurs	 Conférence Les critères indispensables pour choisir une formation alignée et de qualité	<input type="checkbox"/>

Prends ton temps.

Ce parcours est là pour t'éclairer, pas pour te mettre la pression.

Tu es exactement là où tu dois être. ♥



ÉTAPE 1

EST-CE UN VRAI APPEL... OU UNE SIMPLE IDÉE PASSAGÈRE ?

Cette étape va t'aider à faire la différence entre une envie de changement provisoire... et un véritable appel intérieur à accompagner les autres.



✦ QUESTION CLÉ ✦

Est-ce que cette envie de devenir coach revient profondément et régulièrement dans ma vie... ou est-ce seulement une idée liée à une période de doute ou de transition ?



RESSOURCE À EXPLORER

AUDIO INTROSPECTIF

Les signes qui montrent que le coaching pourrait réellement être ta voie.



ÉCOUTER L'AUDIO



MES RÉFLEXIONS



Ce qui résonne profondément en moi...



Les phrases, idées ou prises de conscience qui m'ont le plus touchée



Aujourd'hui, qu'est-ce que je ressens vraiment par rapport à ce projet coach ?



Ce projet me fait-il peur... ou me semble-t-il faux ?



Après cette exploration, où j'en suis aujourd'hui : (plusieurs réponses possibles)



Je sens que cet appel est réel



J'ai encore besoin d'explorer



Je me sens touchée mais j'ai peur



Je sens que ce projet revient souvent dans ma vie



PROCHAINE ÉTAPE

Découvrir si tu es réellement prête à accompagner les autres... même si tu n'as pas "tout réglé" dans ta vie.



À APPROFONDIR
DANS LA CONFÉRENCE
OFFERTE



ÉTAPE 2

SUIS-JE ASSEZ AVANCÉE POUR ACCOMPAGNER LES AUTRES ?

Cette étape t'aide à dépasser le syndrome de l'imposteur et à comprendre pourquoi tu peux déjà avoir un impact, même si tu n'as pas "tout réglé".



✦ QUESTION CLÉ ✦

Est-ce que j'ai le droit d'accompagner alors que je suis encore en chemin moi-même ?



RESSOURCE À EXPLORER

CONFÉRENCE OFFERTE

Les clés pour comprendre si tu es prête à accompagner dès maintenant.



SOIS PRÉSENTE À LA CONFÉRENCE

Le lien de ta conférence a été envoyé par mail.

Pense à vérifier ta boîte de réception (et tes spams).



MES RÉFLEXIONS



1. Les peurs ou croyances qui m'empêchent d'avancer



2. Les expériences que j'ai déjà vécues et qui me montrent que je peux avoir un impact sur les autres



3. Ce que j'ai compris ou réalisé grâce à cette conférence



PROCHAINE ÉTAPE

Découvre les qualités requises pour être coach et si tu es faite pour ce métier.





ÉTAPE 3

DÉCOUVRE LES QUALITÉS REQUISES POUR ÊTRE COACH ET SI TU ES FAITE POUR CE MÉTIER

Cette étape t'aide à identifier les qualités essentielles du métier de coach et à reconnaître celles que tu possèdes déjà naturellement.



✦ QUESTION CLÉ ✦

Quelles sont les qualités essentielles pour être une coach inspirante et impactante ?



RESSOURCE À EXPLORER

VIDÉO

Les 7 qualités essentielles que toutes les meilleures coachs partagent.



REGARDER LA VIDÉO



Prends un moment pour la regarder en toute tranquillité.



MES RÉFLEXIONS



1. Les qualités qui me parlent le plus et pourquoi



2. Celles que je reconnais déjà en moi



3. Celles que j'ai envie de développer davantage



PROCHAINE ÉTAPE

Explore la diversité des façons de coacher, et visualise ton format idéal à toi !





ÉTAPE 4

EXPLORE LA DIVERSITÉ DES FAÇONS DE COACHER, ET VISUALISE TON FORMAT IDÉAL À TOI !

Cette étape t'aide à découvrir les différents formats de coaching qui existent et à imaginer celui qui te correspond vraiment.



✦ QUESTION CLÉ ✦

Quel format de coaching me correspond le plus et me permettrait d'avoir un impact aligné avec qui je suis ?



RESSOURCE À EXPLORER

MÉDITATION

Révèle la coach en toi.



ÉCOUTE LA MÉDITATION !



Prends un moment pour t'aligner et te reconnecter à ton intuition.



MES RÉFLEXIONS



1. Les formats de coaching qui m'inspirent le plus et pourquoi



2. Le public idéal que j'aimerais accompagner



3. Où je me vois exercer



PROCHAINE ÉTAPE

Les critères de la formation de coach idéale (celle qui te rend solide et prête à réussir).





ÉTAPE 5

LES CRITÈRES DE LA FORMATION DE COACH IDÉALE (CELLE QUI TE REND SOLIDE ET PRÊTE À RÉUSSIR).

Cette étape t'aide à identifier ce qui compte vraiment dans ta future formation pour faire le bon choix en confiance.



✦ QUESTION CLÉ ✦

Quels sont les critères essentiels pour choisir la formation de coach qui me correspond vraiment ?



RESSOURCE À EXPLORER

CONFÉRENCE OFFERTE

Les critères d'une formation de coach qui te propulse.



SOIS PRÉSENTE À LA CONFÉRENCE

Le lien de ta conférence a été envoyé par mail.

Pense à vérifier ta boîte de réception (et tes spams).



MES RÉFLEXIONS



1. Les critères indispensables pour moi dans une formation de coach

Three horizontal lines for writing.



2. Mes attentes et besoins prioritaires

Three horizontal lines for writing.



3. Ce qui me permettra de me sentir soutenue, alignée et prête à réussir

Three horizontal lines for writing.



BRAVO À TOI !

Tu viens de poser des bases solides pour construire le chemin qui te mènera vers la coach que tu es destinée à devenir.

Myglène.



On se retrouve en conférence !