

TARIFS



**HARMONY**  
**COACHING®**  
BY LAURANZA



HARMONY COACHING BY LAURANZA

Réception sur rendez-vous uniquement

📍 Galeries de Houelbourg 2<sup>ème</sup> étage Z.I. de Jarry 97122 Baie-Mahault  
☎ 06 90 633 530 (Guadeloupe) ☎ 06 36 122 019 (Paris) ☎ 05 90 322 981  
✉ contact@harmony-coaching.fr 🌐 www.harmony-coaching.fr

## — ACCOMPAGNEMENT —

# COACHING INDIVIDUEL

### LE COACHING POUR QUI ?

Le coaching s'adresse à toutes personnes désireuses de progresser dans sa vie, de suivre un parcours de développement personnel; avec l'objectif d'acquérir de nouvelles compétences de communication.

### LE COACHING POUR QUOI ?

Pour optimiser son potentiel, se développer, se construire...  
Apprendre à vivre avec ses difficultés, ses émotions, son environnement...  
Améliorer son estime de soi, acquérir autonomie, confiance et mieux être.

### LE COACHING COMMENT ?

En séance de coaching individuel par une communication interactive entre votre Coach et vous « client coaché »; pour optimiser votre potentiel, travailler l'estime, la confiance, l'affirmation de soi, la communication par l'image (verbale et non verbale).

### COACHING INDIVIDUEL

Cet accompagnement se déroule sous forme d'entretiens dans un cadre spécifiquement construit : durée limitée, lieu protégé, règles claires, outils pertinents et posture systémique large. Ce cadre permet au client d'élaborer sa pensée dans une dimension opérante.

Le Coach est un praticien réflexif, il aide à rendre intelligible ce qui n'est pas encore conscient. Il doit avoir la compétence d'articuler les théories et les concepts des sciences humaines avec l'expérience réaliste de l'action dans les organisations. Exercices de prise de recul, travail spatiotemporel complètent le dispositif.

**« Le coaching est l'art d'aider une personne à trouver ses propres solutions »**  
- Socrate -

#### TARIF SÉANCE :

Les entretiens ont une durée  
de 45 mn - 1h  
Un contrat de 5 séances sera établi.  
Il peut être modulable selon  
le besoin des circonstances.

- 60€ (étudiants -25 ans)
- 90€ (particuliers)
- 150€ (professionnels)