

FICHE COACHING

Développement professionnel et transition de vie à l'international ou de retour

Timon Van Lidth – 2025

Contexte : L'accompagnement proposé s'adresse avant tout aux personnes expatriées ou de retour dans leur pays et travaillant ou ayant travaillé dans la coopération et la solidarité internationale, qui souhaitent du changement et se tourner vers de nouveaux horizons.

Mon propre parcours à l'international et de retour en France a été semé de joies et de défis comme autant d'opportunités de prise de conscience et de transformation sur le plan personnel et professionnel. La vie expatriée et le travail dans la coopération et la solidarité internationale comportent toutes sortes de bonnes choses, de satisfactions, d'avantages, mais aussi de difficultés, de déceptions et de perte de sens. Ce que j'ai appris et développé peut désormais aider d'autres personnes en écho à leur propre parcours et leurs objectifs.

Beaucoup de personnes déchantent et souhaitent un nouvel élan voire un changement de cap dans leur vie et dans leur travail, en continuant leur carrière à l'international de manière renouvelée ou avec un retour et une transition et/ou une reconversion non sans défis dans leur pays. D'autres souhaitent plutôt consolider ou améliorer leur travail actuel notamment en renforçant certaines soft skills qui seront dans tous les cas utiles pour la suite.

Si vous vous reconnaissez dans ces phrases, nous pourrions cheminer ensemble le temps d'un accompagnement personnalisé, en se concentrant sur les objectifs prioritaires que vous aurez identifiés.

Certains blocages peuvent persister, certaines portes sont difficiles à ouvrir et l'accompagnement ne force rien. La notion de plaisir doit y rester centrale et je vise à vous soutenir en partageant un espace privilégié de respect, de bienveillance et d'ouverture. En plus des informations et des réflexions partagées, il s'agit, en étant guidé, de découvrir ou de renforcer vos propres réponses et solutions.

Objectifs :

- Appuyer pendant la durée du coaching les personnes dans leurs aspirations de carrière ou de nouvel élan, dans leur transition professionnelle à l'international ou dans le contexte d'un retour au pays ou dans le renforcement de leur soft skills ;
- Fournir un accompagnement qui les outille pour ensuite mieux avancer avec confiance et cohérence dans leurs objectifs et leurs projets dans l'optique de leur développement professionnel, de leur retour au pays et/ou de leur transition de vie.

Activités menées :

- Échange initial afin d'explorer les besoins, les aspirations et les attentes concernant l'accompagnement et si le coaching est confirmé, lancer les préparatifs pour débiter en fixant des objectifs précis et les actions à mener ;
- Pour l'accompagnement individuel, des cycles de 6 ou 9 séances d'1h30-1h45 (pause de 5 min à mi-chemin) en visio ou, à défaut, par téléphone.

Méthodologie : L'accompagnement se veut dynamique et interactif, avec la volonté de nourrir le partage d'expériences et de réflexions et d'enrichir le regard que les personnes accompagnées portent sur les sujets abordés.

Les échanges en dehors des séances proprement dites se font par mail pour préparer et débriefier chaque séance, incluant des petits exercices pendant la séance et entre chaque séance faisant appel notamment à votre réflexion et votre créativité.

Planification/Agenda : Dans la mesure du possible et afin de pouvoir planifier mes différentes activités, tout accompagnement devrait être confirmé entre les parties concernées au moins deux semaines avant son démarrage.

Un cycle de 6 ou 9 séances s'étend à raison d'une séance par semaine maximum et sur 6 mois maximum.

Tarifs : 800 € TTC pour un cycle de 6 séances et 1100 € TTC pour un cycle de 9 séances.

Contact : contact@timonvanlidth.com