



PROCESS COACHING ETUDIANT ORGANISATION ET METHODE
--

La méthode que je transmets aux lycéens/étudiants a été mise au point dans les années 2010 avec d'autres spécialistes de l'accompagnement des étudiants. Dans un premier temps conçue pour aider les étudiants en 1^{er} année de médecine, je l'ai ensuite adaptée et utilisée avec tous types d'élèves / étudiants à partir du collège (4^{ème}).

Cette méthode consiste à s'organiser de manière à optimiser en permanence l'utilisation de son potentiel intellectuel d'apprentissage (notamment la concentration/compréhension/mémorisation), que ce soit en cours, ou en devoir personnel.

C'est une démarche, un guide, qui accompagne l'étudiant sur toute sa semaine en lui indiquant au fur et à mesure des cours qu'il reçoit, ce qu'il doit en faire et quand, pour bien comprendre, bien apprendre, bien retenir et bien restituer. C'est une démarche structurante et rassurante puisque l'étudiant se laisse guider. Il sait exactement ce qu'il a à faire après ses cours, et il a aussi une bonne vision de ce qu'il aura à faire les jours suivants. Il n'a pas à se poser de questions et quand il a fini son travail le soir, il est rassuré d'avoir fait ce qu'il avait à faire.

En suivant la démarche même que partiellement l'étudiant est assuré de faire des progrès rapides et nets . Tous les étudiants que j'ai accompagné (plusieurs centaines) sont affirmatifs sur le sujet. Les résultats se faisant sentir rapidement, la démarche est dynamisante ... elle oblige à une régularité, à une constance qui fait que quand on se prépare à un devoir sur table ou à un partiel ou à un examen final on a beaucoup beaucoup moins de choses à revoir ... moins de fatigue, moins de stress ... résultat on arrive aux examens bien préparé, en forme, en sérénité et donc forcément en efficacité. Après 2 à 3 semaines d'utilisation, les étudiants ont pris des automatismes et ne reviennent jamais en arrière.

La prestation démarre par une séance d'1h30, découpée en deux parties : checkup complet de la situation (santé, mental, organisation, fonctionnement, motivation, anxiété, stress) et transmission de la méthode d'organisation (simple et pragmatique). Ensuite un système de suivis toutes les 2 à 3 semaines est mis en place (contrôle du physique, du mental, des modes de fonctionnement, de la maîtrise de soi et gestion du stress, suivi des objectifs) avec un relevé de notes .

De part mon expérience je préconise 4 suivis qui couvrent environ 3 mois d'accompagnement. C'est le temps nécessaire à l'optimisation de la démarche. C'est un process technique et méthodologique, allié à une démarche de coaching pour aider les élèves/étudiants ... les encourager, les féliciter, les booster, les réveiller, les rassurer

Précision : Les séances sont réalisées exclusivement par Skype. Pour les lycéens et étudiants, ce mode de communication apporte une manière de travailler qui leur correspond, avec plus de souplesse, plus de modernité, pas de perte de temps ... tout en gardant un niveau de rigueur élevé. La visio quand elle est pratiquée en face to face (à 2 et non en groupe) apporte les mêmes éléments d'appréciation pour le coach et le coaché qu'un face to face en présentiel.



TARIF DES PRESTATIONS

Tarif forfait de base : séance 1 + fascicule : 175€ + 4 suivis pendant environ 3 mois (80€/suivis) : **495€**

Le nombre de suivis peut être augmenté au-delà de 4 pour couvrir une plus longue période d'accompagnement. C'est préconisé dans les situations difficiles.

Bien évidemment cette méthode sert durant tout le cursus scolaire et universitaire (en moyenne 5 à 8 ans suivant l'année de démarrage), c'est un investissement sur l'avenir. Le coût est donc à calculer sur l'ensemble du parcours et à ramener sur une année.

Je vous précise que le paiement peut être échelonné. Il suffit pour cela de me fournir en même temps que le contrat signé que je vous enverrai à l'issue de votre décision, plusieurs chèques dont la somme est égale au montant du contrat. Je les encaisse par la suite mensuellement.