
Montréal, le 3 janvier 2006

Madame Andréa Strom Rancourt, M.A
ASR Coaching et Formation
Coaching personnel et professionnel
144 rue Homer
Greenfield Park, Québec J4V 2W2

Sujet : Référence, services professionnels

Andréa,

Il était important pour moi de te dire que j'avais apprécié la période de coaching que nous avons vécue dans les trois premiers mois de l'année 2005. Mes objectifs étaient d'améliorer significativement mon équilibre entre le travail et la vie personnelle. De plus, il était important de me discipliner à structurer et à planifier plus efficacement ma charge de travail.

J'ai réussi à appliquer plus de discipline à mes objectifs, à évacuer les idées, projets et travaux non prioritaires et à me sentir plus détendu. Les périodes de coaching m'ont aidé à travailler avec beaucoup plus de concentration et d'équilibre. Ton sens de l'écoute m'a beaucoup aidé. Les objectifs à court terme ont été atteints et ceux-ci l'ont été plus facilement grâce à tes outils de travail et ta sensibilité.

J'aimerais reprendre au printemps 2006 une autre période de coaching, dans laquelle nous allons travailler l'aspect discipline (dans toutes ses formes) et l'aspect santé. Des inquiétudes persistent et j'aimerais mieux vivre avec celles-ci.

Andréa, j'aime la possibilité de pouvoir améliorer certains aspects de ma vie avec ton écoute. Ton professionnalisme est exemplaire et il m'aidera mieux à atteindre mes objectifs.

Merci encore de ta présence.

R  Jacques