



## Communiqué de presse

Montpellier, le 19/05/2022

### MBS : quel bilan pour le service Life coaching, 6 mois après son lancement ?

En novembre dernier, MBS crée un espace « Life Coaching » pour accompagner les étudiants dans la gestion de leurs émotions, les soutenir dans une période de transition et les aider à atteindre leurs objectifs personnels, professionnels ou académiques. Séances individuelles, ateliers collectifs, life coaching games ou encore équicoaching : 75 étudiants ont eu recours à ces nouveaux dispositifs d'accompagnement. Marion Catarina & Carine Audran, les deux Life Coaches de MBS, dressent le bilan de ces premiers mois d'activité.



Le Life coaching propose aux étudiants de MBS des séances d'équicoaching pour leur permettre de se reconnecter à la nature et de prendre confiance en eux.

### Un accueil très favorable avec 75 étudiants coachés et plus de 170 rendez-vous individuels réalisés

Les étudiants de MBS ont accès depuis six mois à un nouveau service dans l'univers des Grandes Ecoles, le Life Coaching, qui les aide à **booster leurs performances dans tous les domaines de leur vie**. Ce service complète les dispositifs d'accompagnement déjà déployés au sein de l'école, à **savoir** le Career

Center qui les accompagne pour leur vie professionnelle, l'incubateur pour l'entrepreneuriat et la permanence psychologique pour les situations d'isolement, de santé mentale ou d'addiction.

« Depuis le lancement, nous avons réalisé plus de **170 rendez-vous individuels**, et parmi les problématiques les plus récurrentes, nous retrouvons la **procrastination, le regard des autres**, la confiance en soi, la gestion des émotions ou encore les transitions de vie, comme un départ à l'étranger ou une entrée dans la vie active. Pour les étudiants internationaux, il s'agit parfois de les aider à se créer un nouveau rythme et à lever les barrières pour construire une vie sociale sur place », expliquent Marion Catarina & Carine Audran, les deux Life Coaches de MBS.

Les retours de la part des participants sont positifs, notamment grâce au processus de coaching basé sur l'action et la détermination d'objectifs concrets : « J'ai appris beaucoup sur moi et ma coach m'a donné les clés pour comprendre mes problématiques, trouver des solutions, mettre en place de nouvelle manière de faire et d'évoluer afin d'atteindre mon objectif de coaching. »

## Des méthodes d'accompagnement collectif innovantes qui ouvrent l'étudiant à de nouvelles formes d'apprentissage

En complément du suivi individuel, des séances de coaching collectif permettent toute l'année d'adresser une problématique spécifique. Il existe **trois types d'accompagnement collectif**. « Tout d'abord les ateliers en petit comité, qui permettent aux coaches de Life coaching de guider les étudiants afin qu'ils puissent concevoir leur ligne de vie et améliorer leur gestion du stress. Nous déployons également des **leviers de gamification** avec le jeu du speed coaching qui aboutit en une séance à la mise en place d'un plan d'actions permettant au participant d'atteindre ses objectifs, et notamment, de booster sa confiance en lui » complètent les coaches.

Enfin, parmi les propositions plus atypiques pour les étudiants, plusieurs séances **d'équicoaching** sont organisées dans l'année. « Ces séances offrent la possibilité de sortir de l'environnement de l'école pour permettre à l'étudiant de se connecter à la nature, de clarifier leur positionnement personnel et de renforcer la confiance en eux par effet miroir avec les chevaux », concluent Marion Catarina & Carine Audran.



**A propos de Montpellier BusinessSchool**

Grande école de management engagée et inclusive, MBS (Montpellier Business School) forme les précurseurs de la transition économique responsable.

Sa gamme de formations s'étend de Bac+3 à Bac+6 : Bachelor, Grande Ecole, Masters of Sciences, Executive MBA, Executive DDBA.

Grande école parmi les grandes, MBS appartient au cercle des 1% de business schools mondiales détentrices des trois plus prestigieuses accréditations AACSB, EFMD-EQUIS, AMBA.

Grande par son ouverture internationale, MBS accueille 80 nationalités, et propose près de 180 destinations internationales à ses étudiants.

Grande école qui donne les plus grandes chances, pionnière de l'ouverture sociale et leader de l'alternance, MBS est la grande école de management experte de la professionnalisation.

Grande par ses engagements, codétentrices des labels Diversité et Egalité professionnelle femme-hommes, MBS intègre la RSE (responsabilité sociale et environnementale) dans tous ses enseignements.

[www.montpellier-bs.com](http://www.montpellier-bs.com)

**Contacts Presse :**

Myriam Boukaïa, attachée de presse : mboukaia@madamemonsieur.agency // 07.50.69.52.56

Emmanuelle Garnier, attachée de presse : egarnier@madamemonsieur.agency // 06.46.85.51.47