

Formation initiale et de perfectionnement aux outils de coaching

2020

Programme de formation

Vous voulez :

- communiquer avec aisance en toutes circonstances
- atteindre vos objectifs en respectant vos valeurs
- être plus efficace et épanoui dans votre travail
- améliorer vos relations personnelles ou professionnelles
- vous sentir plus à l'aise ou « légitime » dans votre mission
- obtenir une meilleure collaboration avec votre public, vos salariés, collaborateurs, clients, usagers, fournisseurs, partenaires
- Acquérir des outils de coaching
- Développer vos compétences de coach
- Evoluer vers le métier de coach professionnel
- Aider vos clients dans leur transformation, leur évolution et leur épanouissement
- Obtenir des résultats en quelques séances
-

Avec la formation initiale aux outils de coaching, vous apprendrez à communiquer plus efficacement tout en accompagnant l'autre avec pertinence. Plus performant, vous gagnerez du temps et irez davantage à l'essentiel.

Vous aiderez votre interlocuteur à s'exprimer de façon plus authentique et plus efficace.

Vous augmenterez votre impact et celui de votre public, relation, contact, patient, client ou usager, salarié.

Avec la formation de perfectionnement aux outils de coaching, vous apprendrez à être un coach performant et efficace, vous discernerez rapidement les outils les plus pertinents pour votre client.

Vous aiderez votre client à réaliser son objectif de façon optimale.

Vous augmenterez votre impact et votre puissance d'aide à l'autre.

Vous renforcerez votre posture de coach



Objectifs :

Développer vos compétences pour accompagner, faciliter les échanges dans des situations professionnelles ou privées afin qu'ils soient harmonieux et efficaces

Acquérir les outils de coaching et de communication pour mieux accompagner

Apprendre à développer la collaboration avec ses interlocuteurs dans différentes situations (salarié, client, usager, entourage personnel, etc.)

Développer votre écoute, votre discernement et votre inspiration

Accompagner l'autre sur le chemin de sa découverte et de sa transformation de façon optimale

Développer votre puissance, votre agilité, votre force, votre courage et votre empathie

Public et prérequis :

Particulier, professionnel occupant une fonction avec du relationnel hiérarchique ou fonctionnel ou en lien avec divers interlocuteurs, personne s'orientant vers le métier de coach professionnel
Être motivé et prêt à évoluer et à s'investir dans cette formation

14 participants maximum

Compétences visées :

Mieux se connaître (nos représentations)

Savoir écouter et entendre le verbal et le non-verbal

Savoir poser des questions ouvertes et pertinentes

Savoir développer la créativité

Savoir donner de la reconnaissance et de la valorisation

Savoir gérer ses ressources

Savoir gérer son stress

Savoir mener un entretien (se fixer un objectif et s'y maintenir)

Co créer avec authenticité les conditions d'une relation de confiance

Savoir analyser sa propre communication (métacommunication)

Développer son courage, sa curiosité et son empathie

Evoluer vers l'écoute niveau3



Savoir utiliser les différents outils de coaching

Savoir discerner avec pertinence l'outil le mieux approprié

Savoir se remettre en question (métacommunication)

Savoir apporter des suggestions

Savoir définir un contrat, l'objectif du client et l'alliance

Développer son objectif professionnel

Programme :

Mieux se connaître et connaître l'autre

- Connaître ses valeurs, ses qualités, ses talents, envies, rêves
- Discerner ses propres représentations
- Repérer ses saboteurs et ses freins
- Savoir écouter le verbal et le non-verbal
- Repérer le non-dit
- Développer l'écoute active et la reformulation
- Poser des questions ouvertes et pertinentes

Développer la créativité

- Développer sa propre créativité
- Pratiquer le changement de perspectives
- Improviser la communication dans une situation difficile
- Utiliser sciemment les métaphores
- Surprendre l'autre
- Apprendre à écouter son ressenti et ses intuitions

Développer la confiance en soi et son impact



- Développer la gestion de soi dans des situations difficiles
- Repérer ses ressources et les utiliser
- Gérer ses émotions rapidement et durablement
- Donner reconnaissance et valorisation
- Savoir interrompre et dire non
- Evoluer vers la prise de conscience

Mener un entretien

- Définir l'objectif de l'entretien et l'objectif de chacun
- Co-crée les conditions d'une relation de confiance et authentique
- Savoir métacommuniquer et articuler avec ce qui se passe
- Favoriser l'expression personnelle de son public et attiser son énergie
- Développer son assertivité et la communication non violente
- Aller à l'essentiel

Développer son leadership

- Etre conscient de ses responsabilités
- Se respecter et respecter l'autre
- Savoir responsabiliser l'autre
- Développer son courage lors des entretiens
- Maintenir une communication positive
- Ancrer la posture du leader, innovateur et créatif

Développer des outils de coach

- Définir l'objectif du client
- Utiliser les questions ouvertes, les questions percutantes, les métaphores
- Effectuer le coaching d'équilibre, le coaching du choix et de prise de décision, le coaching du saboteur
- Donner de la reconnaissance et de la valorisation
- Ecouter le verbal et le non-verbal
- Ecouter l'autre et soi-même
- Reformuler et être empathique

Développer de nouvelles compétences de coach

- Savoir réaliser une « première séance de coaching »
- Découvrir les valeurs, les compétences, les qualités, les talents et les envies de son client



- S'approprier le coaching des 3 sacs, des 3 événements importants, les 3 personnes impactantes
- Aider son client à porter un regard nouveau sur son sujet avec le changement de perspectives, l'apport de suggestions, le coaching de relation avec lui-même, avec l'absent et le coaching de polarités
- Aider son client à obtenir des révélations venant de son inconscient et de ses aspirations profondes : les visualisations courtes (la scène, la pub, la rue, le clic magique), le voyage intérieur, le collage
- Aider son client à clarifier un projet, les actions à envisager et développer sa créativité avec le coaching « ligne d'objectif »

Développer sa créativité et son courage

- Savoir être de plus en plus authentique
- Savoir interrompre, dire votre ressenti quel qu'il soit
- savoir définir des actions entre les séances et lancer des requêtes et des défis
- savoir utiliser des histoires et des contes pour faire réagir votre client
- Développer votre créativité en inventant des outils, faire bouger votre client, le faire dessiner...
- Se dépasser et oser provoquer son client de façon forte pour le faire avancer
- Aider son client à se dépasser et aller au-delà de ce qu'il pensait possible

Evoluer vers une posture professionnelle

- Savoir créer la première alliance, le contrat et définir l'objectif du coaching
- Savoir définir les actions à effectuer entre les séances
- Savoir se positionner en professionnel
- Connaître ses limites
- Savoir orienter le client si besoin
- Savoir offrir un espace de sécurité et motivant pour son client

Expérimenter les nouveaux outils et se positionner en leader

- Savoir prendre ses responsabilités
- Savoir responsabiliser son client et l'encourager
- Savoir écouter aux 3 niveaux
- Ancrer la posture du leader, innovateur, créatif, courageux et responsable

Méthodes et moyens pédagogiques



L'animation de la formation par trois formateurs-coachs permet de mieux accompagner les participants dans la compréhension et la gestion de leurs émotions et ainsi d'optimiser le travail sur l'intelligence émotionnelle, une force en relations humaines et en management.

- Apport théoriques
- Exercices pratiques et expérimentation
- Mises en situation
- Observation et feedback
- Jeux de rôle
- Retours d'expériences et critique constructive
- Ecoute active, reformulation
- PNL (programmation neurolinguistique)
- Approche neuroscientifique
- Conférence téléphonique entre les modules
- Entretiens et expérimentations à réaliser entre les modules
- paperboard
- Documentation numérisée

Durée :

12jours de 7 heures/jour par période de 2 jours à 1 mois d'intervalle, soit 84 heures

Evaluation :

Evaluation tout au long de la formation au travers du vécu et du feedback des participants ainsi qu'au travers d'exercices de validation des connaissances et d'expérimentation

Remise d'une attestation de formation en fin de parcours

Intervenants :

Françoise Bossuet, coach professionnelle et formatrice, ancienne conseillère technique de l'inspecteur d'académie, manager de 35 infirmières, formée à l'écoute active, la communication non violente, la relation d'aide et aux outils du coaching (Le Playground agréé ICF), spécialiste de la prévention des risques psychosociaux et de la violence

Virginie Brunel, coach professionnelle et formatrice, ancienne manager en production pendant 10 ans, ingénieur d'AgroParisTech, formée à l'écoute active, la communication non violente, la relation d'aide et aux outils du coaching (Formation agréée ICF*), spécialiste de la motivation en entreprise et des approches participatives



Pierre Bossuet, coach professionnel et formateur, recruteur, manager de commerciaux, formé aux techniques de coaching et de communication éricksonienne, ancien chef d'entreprise et responsable commercial, spécialiste de la reconversion et transition professionnelles

Horaires : 9h-12h30 / 14h-17h30 modulables

Tarifs :

Formation initiale et perfectionnement aux outils du coaching (12 jours) : 2876€ net

Possibilité de régler en plusieurs fois

En intra entreprise, entre 8 et 16 participants : nous consulter

Dates 2020 Laval :

28/29 mars 2020

16/17 mai 2020

21/21 juin 2020

26/27 septembre 2020

17/18 octobre 2020

21/22 novembre 2020

Lieu :

La Licorne, Ave Pierre de Coubertin, Laval 53000

