

COACH DE VIE *ou Life coaching*

Module de spécialisation

PUBLIC

Toute personne ayant suivi le programme complet de Coach professionnel, Praticien en PNL ou possédant une expérience de +200 heures dans l'accompagnement. Un entretien avec la formatrice validera l'entrée en formation.

OBJECTIFS OPÉRATIONNELS

Le coaching de vie est un accompagnement au changement qui peut concerner cinq domaines de vie d'un individu : familiale, sociale, professionnelle, couple, épanouissement personnel. Il s'adresse à des personnes en situation de changement, d'interrogations, de doutes, de difficultés, de conflits.

Cette spécialisation permettra au stagiaire d'intégrer la posture adaptée au coaching de vie et les méthodes pour proposer un accompagnement complet, adapté, et sur mesure à ses clients. Il sera capable de :

- Améliorer sa méthode d'accompagnement, en mobilisant les aptitudes et compétences acquises au cours de ses expériences
- Utiliser les connaissances relatives aux schémas psychologiques, mécanismes cognitifs, conscients et inconscients, qui structurent l'histoire d'un individu pour décrypter les processus de sabotage et de réussite
- Appliquer des techniques spécifiques au coaching de vie, pour conduire des interventions adaptées aux individus et au contexte
- S'exercer à amorcer un processus de changement efficace et durable

MÉTHODES ET MOYENS PÉDAGOGIQUES

Questionnaire en ligne d'évaluation des besoins en amont de la formation. Apports théoriques et pratiques (cas concrets, exercices d'application, jeux de rôle). Alternance d'explications, de démonstrations et d'expérimentations directes des techniques après chaque module, en sous-groupes, binôme, permettant l'intégration immédiate des contenus. Mise à disposition de supports pédagogiques papiers et/ou numériques. Des Feedback, des pratiques et des révisions supervisées.

ÉVALUATION & VALIDATION

En début de formation : évaluation diagnostique des connaissances. En cours de formation, des évaluations formatives seront réalisées, via des mises en pratique et des feed-back individuels en fin de module. La mise en situation sera privilégiée.

La formation sera sanctionnée par un examen pratique et un certificat de suivi sera remis à chaque stagiaire.

CODE FORMATION : SPE77

PLUS-VALUE : Formation coaching
Démarche pragmatique orientée résultats

Accompagnement vers l'emploi

PRÉ-REQUIS : Coach professionnel

DURÉE : 21 heures / 3 jours

DATES : voir calendrier

HORAIRES :

08h30-12h30 et 13h30-16h30

LIEU : Immeuble Montana – Parc d'activités de Jabrun – 97122 Baie-Mahault

INTERVENANT :

Sandra PIERROT

Formatrice professionnelle d'adultes
Experte en PNL, Coach, Thérapeute

NOMBRE DE PARTICIPANTS : 4 à 8

SUIVI :

Feuille de présence signée par la Formatrice et les stagiaires

Questionnaire de satisfaction à chaud et à froid

Attestation de présence

Certificat de formation

Les + : Suivi sur 3 mois après la formation et retour d'expériences
Session de révision et de supervision en individuel ou en groupe

PROGRAMME DE FORMATION

Module 1 : Effectuer l'inventaire de ses compétences

- Définir les objectifs d'accompagnement du coach de vie
- Effectuer un état des lieux
- Définir son identité professionnelle
- Définir sa vision du coaching de vie

Activités d'appropriation : Inventaire des compétences et des connaissances – détermination des objectifs

Module 2 : Clarifier son positionnement

- Auto-accompagnement
- Accompagnement du coaché
- Attitudes et postures adaptées aux personnes et aux contextes

Exercices d'appropriation : effectuer une évaluation des écueils dans l'accompagnement – mise en situation

Module 3 : Préparer la prestation d'accompagnement

- Analyse et compréhension de la demande
- Evaluation des besoins
- Déroulé d'une séance d'accompagnement

Exercices d'appropriation : mise en pratique – jeu de rôle

Module 4 : Conduire le changement

- Les méthodes d'apprentissage
- La détermination des objectifs
- La gestion des émotions
- Mise à jour des processus cognitifs
- Suivi de l'accompagné
- Evaluer les résultats de son accompagnement

Exercices d'appropriation : mise en pratique – jeu de rôle