



COACHING SERVICES est certifié **EDUQUA**

# L'ART DU COACH


PROGRAMME 2020

FORMATION GÉNÉRALE À L'ART DU COACH

**Coaching individuel**



[www.coaching-services.ch](http://www.coaching-services.ch)  
[info@coaching-services.ch](mailto:info@coaching-services.ch)  
Ch. des Tines 9, 1260 Nyon

La formation à l'art du Coach est reconnue par  **ICF** International Coach Federation  **ACSTH** Approved Coach Specific Training Hours International Coach Federation

## PUBLIC CIBLE

**Toute personne ayant une expérience dans l'accompagnement d'autrui et/ou souhaitant découvrir l'approche «coaching» pour élargir sa palette d'intervention. Sont particulièrement concernés :**

- Les professionnels de la relation d'aide actifs dans les domaines de la santé, du social, ou de l'éducation et qui désirent découvrir une manière pragmatique d'accompagner l'autre en mettant l'accent sur ses ressources.
- Les managers ou spécialistes RH qui souhaitent favoriser la délégation et développer les capacités d'autonomie de leurs collaborateurs.
- Les consultants et formateurs indépendants qui veulent ajouter le coaching à leur palette de services.
- Les personnes en transition professionnelle souhaitant découvrir un nouveau domaine en pleine expansion.

## OBJECTIFS DE LA FORMATION

**Au terme de la formation, vous serez en mesure de :**

- Développer les attitudes personnelles propres à une approche coaching.
- Utiliser l'approche coaching et ses spécificités dans votre activité professionnelle.
- Façonner votre propre style en tant que coach.
- Mieux vivre les relations interpersonnelles grâce à une connaissance approfondie de votre fonctionnement.
- Structurer un entretien de coaching.
- Maîtriser les principaux outils permettant à l'autre de développer ses propres solutions.
- Répondre aux exigences éthiques de la communauté des coachs en vue d'une activité professionnelle.

## NOUS VOUS OFFRONS

- Une formation constituée de 8 modules au total explorant à la fois les savoir-être (attitudes et postures fondamentales) et savoir-faire (outils et compétences) du coach.
- La possibilité de suivre un parcours individualisé en démarrant la formation par n'importe quel module et en ne suivant que certains d'entre eux, selon vos besoins spécifiques.
- Une formation pratique : de nombreuses opportunités de s'entraîner à coacher sont proposées lors de chaque module.
- Une formation co-animée par deux formateurs, ce qui assure à la fois une diversité de points de vue et une meilleure disponibilité.
- Une taille d'enseignement humaine : la formation est donnée en petits groupes de 16 personnes au maximum.
- La participation gratuite aux soirées d'entraînement au coaching (6 fois par année) pour vous exercer à coacher sous la supervision d'un coach expérimenté.
- La possibilité de poursuivre la formation par un processus de certification pour les personnes ayant suivi la totalité des modules (équivalences possibles).
- La possibilité de refaire n'importe quel module une deuxième fois à un prix réduit de Fr 350.- tout compris.

# CONTENUS GLOBAUX

## **Quatre modules touchent l'Art d'être du coach**

- A. L'empathie et les compétences relationnelles
- B. Confiance, pouvoir et souplesse
- C. Les émotions en coaching
- D. Les impacts du coach et du coaché

## **Quatre modules concernent l'Art de faire : les outils du coach**

- E. L'art du questionnement et l'exploration de la demande
- F. L'écoute active et le feed-back
- G. Les outils du coach et les métaphores
- H. Organiser un coaching

*Une attestation de participation est délivrée pour chaque module. Une attestation globale est établie pour les participants ayant suivi la totalité des modules.*

## RECONNAISSANCE PAR L'INTERNATIONAL COACH FEDERATION (ICF)

Nos modules de formation au coaching ont reçu la reconnaissance ACSTH de la part d'ICF. Ceci veut dire que toutes les heures effectuées lors de cette formation sont approuvées par ICF comme des heures de formation spécifiques au métier de coach. Les personnes ayant participé à l'entier de la formation et la certification peuvent faire valoir 132.5 heures de formation au coaching.

Ceci permet en particulier à tous nos participants ayant participé à plus de 60 heures de formation de base en coaching de devenir membre d'ICF et de rejoindre ainsi la plus grande fédération de coachs du monde. Les participants souhaitant obtenir ou renouveler une accréditation individuelle auprès d'ICF (ACC, PCC ou MCC) peuvent également faire valoir les heures de formation au coaching de face à face effectuées auprès de Coaching-Services.

Le suivi de notre formation ne dispense toutefois pas les candidats aux accréditations ICF de remplir les autres éléments requis pour une reconnaissance.

## DURÉE

- 12 jours (8 modules de 1 jour et demi), 88 heures de formation en présentiel au total (132.5 heures validées par ICF en comptant les soirées d'entraînement et le travail effectué chez soi pour la certification).
- Chaque module dure un jour et demi : mercredi de 14h à 18h - jeudi de 8h30 à 17h ou vendredi de 8h30 à 17h30 - samedi de 8h30 à 12h.

## ANIMATION

Afin de vous accompagner au mieux dans votre formation et d'apporter du dynamisme et de la diversité, tous nos modules sont co-animés par deux coachs-formateurs.

Nos coachs-formateurs: **Natacha Andenmatten, Myriam Küng et Eric Gubelmann.**

## LIEU

Castel de Bois Genoud, 1023 Crissier (VD). Indications d'accès sur : **[www.boisgenoud.ch](http://www.boisgenoud.ch)**

## VOTRE INVESTISSEMENT

Tous les modules avec <b>paiement en une fois</b> (rabais de 10%)	4860.-
Tous les modules avec <b>paiement échelonné en 8 fois</b>	5400.- (= 8 x 675.-)
Un <b>seul</b> module (à choix)	675.-

Tous les tarifs comprennent la co-animation, la documentation, les frais de pauses et de repas + la participation gratuite aux soirées d'entraînement au coaching dès le 1er module suivi (6 séances de trois heures par année).

Fr. 2'750.- pour **le processus de certification.**

## INSCRIPTIONS ET CONDITIONS GÉNÉRALES

**[www.coaching-services.ch](http://www.coaching-services.ch)**

# DATES DES MODULES

## 1<sup>ER</sup> SEMESTRE 2020

<b>Mercredi 15 et jeudi 16 janvier 2020</b>	<b>Module F : L'écoute active et le feed-back</b>
<b><i>Jeudi 30 janvier 2020</i></b>	<b><i>Soirée d'entraînement (18h-21h à Nyon)</i></b>
<b>Vendredi 7 et samedi 8 février 2020</b>	<b>Module G : Les outils du coach et les métaphores</b>
<b>Vendredi 6 et samedi 7 mars 2020</b>	<b>Module B : Confiance, pouvoir et souplesse</b>
<b>Mercredi 25 et jeudi 26 mars 2020</b>	<b>Module D : Les impacts du coach et du coaché</b>
<b><i>Jeudi 2 avril 2020</i></b>	<b><i>Soirée d'entraînement (18h-21h à Nyon)</i></b>
<b>Vendredi 17 et samedi 18 avril 2020</b>	<b>Module A : L'empathie et les compétences relationnelles</b>
<b>Vendredi 1 et samedi 2 mai 2020</b>	<b>Module C : Les émotions en coaching</b>
<b>Mercredi 27 et jeudi 28 mai 2020</b>	<b>Module H : Organiser un coaching</b>
<b><i>Jeudi 4 juin 2020</i></b>	<b><i>Soirée d'entraînement (18h-21h à Nyon)</i></b>
<b>Mercredi 17 et jeudi 18 juin 2020</b>	<b>Module E : L'art du questionnement et l'exploration de la demande</b>

## 2<sup>EME</sup> SEMESTRE 2020

<b>Vendredi 28 et samedi 29 août 2020</b>	<b>Module F : L'écoute active et le feed-back</b>
<b><i>Jeudi 10 septembre 2020</i></b>	<b><i>Soirée d'entraînement (18h-21h à Nyon)</i></b>
<b>Mercredi 16 et jeudi 17 septembre 2020</b>	<b>Module G : Les outils du coach et les métaphores</b>
<b>Mercredi 30 sept. et jeudi 1er octobre 2020</b>	<b>Module B : Confiance, pouvoir et souplesse</b>
<b>Vendredi 9 et samedi 10 octobre 2020</b>	<b>Module D : Les impacts du coach et du coaché</b>
<b>Mercredi 28 et jeudi 29 octobre 2020</b>	<b>Module A : L'empathie et les compétences relationnelles</b>
<b><i>Jeudi 5 novembre 2020</i></b>	<b><i>Soirée d'entraînement (18h-21h à Nyon)</i></b>
<b>Mercredi 11 et jeudi 12 novembre 2020</b>	<b>Module C : Les émotions en coaching</b>
<b>Vendredi 27 et samedi 28 novembre 2020</b>	<b>Module H : Organiser un coaching</b>
<b><i>Jeudi 3 décembre 2020</i></b>	<b><i>Soirée d'entraînement (18h-21h à Nyon)</i></b>
<b>Vendredi 11 et samedi 12 décembre 2020</b>	<b>Module E : L'art du questionnement et l'exploration de la demande</b>

*Il est possible de commencer la formation par n'importe quel module et de les suivre dans l'ordre où vous le souhaitez.*

# OBJECTIFS DE CHAQUE MODULE

## **Module A : L'empathie et les compétences relationnelles**

- Reconnaître sa manière d'entrer en relation
- Auto-évaluer ses compétences relationnelles
- Accueillir le coaché
- Analyser ce qui aide ou freine la coopération entre coach et coaché
- Distinguer l'empathie de la sympathie et de la compassion
- Prendre conscience de son degré d'empathie et le développer
- Prendre conscience du monde l'autre et être capable de le décrire

## **Module B : Confiance, pouvoir et souplesse**

- Mesurer son rapport à la confiance, au pouvoir et à la souplesse
- Identifier ce qui facilite ou freine l'établissement d'une relation de confiance
- Prendre conscience des processus de pouvoir en coaching
- Différencier les moments où le coach s'ajuste au coaché ou maintient le cadre
- Associer le pouvoir et la souplesse, s'ajuster au coaché en gardant le cap sur la demande

## **Module C : Les émotions en coaching**

- Définir les émotions
- Déterminer ses compétences dans le domaine des émotions
- Repérer les émotions difficiles
- Identifier des interventions possibles pour travailler les émotions
- Prendre conscience de l'utilité de toute émotion

## **Module D : Les impacts du coach et du coaché (nous conseillons de ne pas commencer par ce module car il est préférable d'avoir pu participer préalablement à un autre module au moins pour en tirer le meilleur parti)**

- Repérer ce qui sous-tend son envie d'accompagner en explorant ses motivations
- Mettre en évidence ses valeurs
- Cerner son rapport au pouvoir
- Spécifier ses zones de confort et de risques
- Prendre soin de soi en tant que coach

## **Module E : L'art du questionnement et l'exploration de la demande**

- Distinguer besoins, demande et objectifs
- Faire élaborer une demande
- Élargir sa palette de questions
- Distinguer les catégories de questions et leurs impacts
- Déterminer les caractéristiques d'une question « coaching »
- Observer et mesurer l'impact de la façon de poser des questions

## **Module F : L'écoute active et le feed-back**

- Développer sa capacité d'écoute
- Distinguer les techniques d'écoute active et les utiliser à bon escient
- Elaborer des hypothèses pour comprendre le fonctionnement du coaché
- Savoir formuler un feed-back recevable
- Réfléter les comportements et les paroles du coaché

## **Module G : Les outils du coach et les métaphores**

### **Les métaphores**

- Développer sa capacité à créer des métaphores
- Utiliser les métaphores à bon escient
- Stimuler l'usage des métaphores
- Repérer et exploiter les métaphores du coaché

### **Les outils du coach**

- Elargir sa gamme d'outils
- Choisir un outil adéquat à la situation
- Disposer d'un canevas d'entretien

## **Module H : Organiser un coaching**

- Savoir se présenter en tant que coach
- Planifier et organiser les différentes étapes d'un processus complet de coaching
- Distinguer le coaching d'autres approches
- Identifier les limites et les contre-indications du coaching
- Élaborer un contrat de coaching
- Poser le cadre d'un coaching
- Découvrir les principes déontologiques et les questions éthiques

# PROCESSUS DE CERTIFICATION

Toutes les informations se trouvent dans le document ***Processus de certification*** sur notre site internet [www.coaching-services.ch](http://www.coaching-services.ch), sous l'onglet «Devenir coach» puis «Coaching individuel» et «Durée, reconnaissance et certification».