



COACHING|SERVICES

L'ART DU COACH

FORMATION AU COACHING INDIVIDUEL

PROGRAMME 2024



Institut certifié



Formation reconnue



www.coaching-services.ch
info@coaching-services.ch

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 domaine en pleine expansion.

OBJECTIFS DE LA FORMATION

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

- Développer les savoir-faire et savoir-être propres à une approche de coaching professionnel
- Structurer un entretien de coaching
- Utiliser adéquatement l'écoute active et le feed-back
- Pratiquer un questionnement centré sur l'autre et ses objectifs
- Proposer différents outils d'aide à la réflexion
- Répondre aux exigences éthiques de la communauté des coachs en vue d'une activité professionnelle

NOUS VOUS OFFRONS

- Une formation constituée de 8 modules 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 : des opportunités de s'entraîner à coacher sont proposées lors de chaque module
- Des modules co-animés 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 15 personnes au maximum
- 12 séances d'entraînement au coaching par année pour vous exercer à coacher sous la supervision d'un coach expérimenté.
- La possibilité de poursuivre la formation par deux processus de certification à choix pour les personnes ayant suivi la totalité des modules
- La possibilité de refaire n'importe quel module une deuxième fois avec un rabais de 20 % tout compris

CONTENUS GLOBAUX

Quatre modules sont consacrés l'Art d'être du coach (attitudes et postures fondamentales) :

- A. Empathie et compétences relationnelles
- B. Confiance, pouvoir et souplesse
- C. Émotions et coaching
- D. Impacts du coach et du coaché

Quatre modules concernent l'Art de faire (outils et compétences) :

- E. Questionnement et exploration de la demande
- F. Écoute active et feed-back
- G. Outils du coach
- H. Organisation et éthique

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

DURÉE

- 12 jours de formation (8 modules de 1 jour et demi chacun), à savoir 88 (8 x 11) heures en présentiel
- 16 heures (2 heures par module) de travail individuel asynchrone sous forme de travaux inter-modules (plans d'actions)
- 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, Abé Godonou, Eveline Jost et Grégoire Perroud**

LIEU

Les modules ont lieu au Castel de Bois Genoud, 1023 Crissier (VD), www.boisgenoud.ch

Les séances d'entraînement au coaching ont lieu dans les locaux de Coaching-Services, Rue de la Mèbre 8, 1020 Renens (VD) ou en visio-conférence.

RECONNAISSANCE PAR L'INTERNATIONAL COACHING FEDERATION ICF & PROCESSUS DE CERTIFICATION

L'Art du Coach : formation au coaching individuel est reconnue comme formation Level 1 et Level 2 par la Fédération Internationale de Coaching, ICF. Pour obtenir une attestation correspondant à chacun de ces niveaux, un contrôle des acquis est nécessaire. Nous proposons deux processus distincts pour obtenir un Certificat Level 1 ou une Certification Level 2, décrits dans le document *Processus de certification Level 1 | Level 2* disponible sur notre site internet (Devenir coach, Formation au coaching individuel, onglet Reconnaissance ICF et Certification).



Le Certificat Level 1 inclut un total de 122 heures de formation : 104 heures pour les 8 modules (88 heures en présentiel et 16 heures de travail individuel asynchrone) et 18 heures pour 6 séances d'entraînement, qui comprennent 5 heures de mentorat. La validation du niveau ACC se fait via un coaching en présentiel observé par un superviseur agréé.

Les titulaires du Certificat Level 1 peuvent obtenir l'accréditation ACC d'ICF, à condition de faire valoir 100 heures de pratique du coaching et 5 heures supplémentaires de mentorat, et de réussir l'examen ICF de niveau ACC.



La Certification Level 2 inclut un total de 202 heures de formation : 104 heures pour les 8 modules, 18 heures pour 6 séances d'entraînement, 10 heures de mentorat, 30 heures de pratique du coaching et 40 heures de rédaction d'un dossier.

Les titulaires de la Certification Level 2 peuvent obtenir l'accréditation ACC puis PCC d'ICF, à condition de faire valoir 100 heures puis 500 heures de pratique du coaching et de réussir l'examen ICF de chacun des niveaux.

VOTRE INVESTISSEMENT

Tous les modules avec paiement en une fois (rabais de 10%)	CHF 5'616.-
Tous les modules avec paiement échelonné en 8 fois	CHF 6'240.- (= 8 x 780.-)
Un seul module (à choix)	CHF 780.-

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

Pour les personnes qui n'entrent pas dans un processus de certification, la participation aux séances d'entraînement au-delà de 6 mois après leur dernier module s'élève à CHF 50.- par séance.

Certificat Level 1	CHF 1'250.-
Certification Level 2	CHF 3'250.-

INSCRIPTIONS ET CONDITIONS GÉNÉRALES

www.coaching-services.ch/inscriptions : nos conditions générales sont disponibles en bas de page sous forme d'un lien PDF

DATES DES MODULES ET SÉANCES D'ENTRAÎNEMENT

1ER SEMESTRE 2024

Mercredi 17 et jeudi 18 janvier 2024	Module F : Écoute active et feed-back
Vendredi 2 et samedi 3 février 2024	Module G : Outils du coach
<i>Jeudi 8 février 2024, 18h-21h</i>	<i>Séance d'entraînement au coaching</i>
Vendredi 23 et samedi 24 février 2024	Module B : Confiance, pouvoir et souplesse
Mercredi 6 et jeudi 7 mars 2024	Module D : Impacts du coach et du coaché
Vendredi 22 et samedi 23 mars 2024	Module A : Empathie et compétences relationnelles
Vendredi 19 et samedi 20 avril 2024	Module C : Émotions et coaching
<i>Vendredi 26 avril 2024, 13h-16h</i>	<i>Séance d'entraînement au coaching</i>
Mercredi 15 et jeudi 16 mai 2024	Module H : Organisation et éthique
Mercredi 5 et jeudi 6 juin 2024	Module E : Questionnement et exploration de la demande
<i>Samedi 15 juin 2024, 9h-12h</i>	<i>Séance d'entraînement au coaching</i>

2EME SEMESTRE 2024

Vendredi 23 et samedi 24 août 2024	Module F : Écoute active et feed-back
<i>Vendredi 30 août 2024, 14h-17h</i>	<i>Séance d'entraînement au coaching</i>
Mercredi 4 et jeudi 5 septembre 2024	Module G : Outils du coach
Mercredi 18 et jeudi 19 septembre 2024	Module B : Confiance, pouvoir et souplesse
<i>Jeudi 26 septembre 2024, 18h-21h</i>	<i>Séance d'entraînement au coaching</i>
Vendredi 4 et samedi 5 octobre 2024	Module D : Impacts du coach et du coaché
<i>Samedi 12 octobre 2024, 9h-12h</i>	<i>Séance d'entraînement au coaching</i>
Mercredi 30 et jeudi 31 octobre 2024	Module A : Empathie et compétences relationnelles
<i>Lundi 4 novembre 2024, 17h-20h, <u>ENVISIO</u></i>	<i>Séance d'entraînement au coaching</i>
Mercredi 13 et jeudi 14 novembre 2024	Module C : Émotions et coaching
<i>Samedi 23 novembre 2024, 9h-12h</i>	<i>Séance d'entraînement au coaching</i>
Vendredi 29 et samedi 30 novembre 2024	Module H : Organisation et éthique
<i>Lundi 2 décembre 2024, 17h-20h, <u>ENVISIO</u></i>	<i>Séance d'entraînement au coaching</i>
Vendredi 13 et samedi 14 décembre 2024	Module E : Questionnement et exploration de la demande

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

OBJECTIFS DE CHAQUE MODULE

Module A : Empathie et compétences relationnelles

- Prendre conscience de sa manière d'entrer en relation
- Créer un espace de confiance dès l'accueil du coaché
- Analyser ce qui freine ou aide l'instauration du lien entre coach et coaché
- Distinguer empathie, sympathie et compassion
- Maintenir une posture empathique
- Identifier ses forces et sa marge de progression en termes de compétences relationnelles

Module B : Confiance, pouvoir et souplesse

- Expérimenter 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 dynamiques de pouvoir en coaching
- Différencier les rôles et responsabilités du coach et du coaché et agir en fonction
- Associer pouvoir et souplesse : s'ajuster au coaché en gardant le cap sur la demande

Module C : Émotions et coaching

- Définir les émotions, leur rôle et leur utilité
- Repérer les émotions difficiles pour soi
- Déterminer son degré d'aisance dans le domaine des émotions
- Favoriser l'expression des émotions du coaché
- Exploiter les émotions dans le processus de coaching

Module D : Impacts du coach et du coaché

Ce module est le seul par lequel nous ne conseillons pas de commencer : avoir participé à un autre module au préalable permet d'en tirer un meilleur parti.

- Prendre conscience et expérimenter son impact sur l'autre et inversement
- Définir ses zones de confort et de risque dans une relation de coaching
- Identifier les valeurs qui influencent ses choix et comportements
- Explorer son rapport au pouvoir d'influence
- Repérer ce qui nous pousse à accompagner
- Apprendre à prendre soin de soi en tant que coach

Module E : Questionnement et exploration de la demande

- Distinguer les différentes catégories de questions et les utiliser à bon escient pour servir le processus
- Mesurer l'impact et adapter la forme de son questionnement au coaché
- Élaborer des questions basées sur le contenu du discours du coaché
- Utiliser le questionnement pour : explorer l'enjeu du coaching, définir un objectif, clarifier les besoins et la demande du coaché
- Développer une lecture fine et subtile des besoins du coaché et savoir y répondre en tant que coach

Module F : Écoute active et feed-back

- Évaluer ses capacités et ses propres freins à l'écoute
- Distinguer les techniques d'écoute active et les utiliser à bon escient
- Apprendre à formuler des hypothèses afin d'explorer le fonctionnement du coaché
- Savoir formuler un feed-back recevable et utile au processus

Module G : Outils du coach

- Repérer et exploiter les métaphores du coaché
- Utiliser des métaphores en tant qu'outil de coaching
- Distinguer trois catégories d'outils et leurs applications
- Découvrir et tester différents outils de coaching
- Choisir un outil adéquat selon la situation, les besoins du coaché et l'avancée du processus

Module H : Organisation et éthique

- Définir le coaching et intégrer les fondements de la posture
- Savoir se présenter en tant que coach
- Distinguer le coaching d'autres approches
- Identifier les limites et les contre-indications du coaching
- Découvrir les principes déontologiques et éthiques de la profession
- Connaître les éléments indispensables à chaque étape du processus de coaching
- Organiser et conduire un processus complet de coaching