

Le métier de **Coach personnel et professionnel**

Décomposition de la formation



Le métier de **Coach personnel et professionnel**

Module 1 : La démarche de coaching (3 jours)

Vous apprendrez à définir auprès de vos clients ce que vous faites et en quoi vous êtes légitime en tant que coach. Vous pourrez répondre aux questions concernant le métier de coach.

Au-delà de la définition pour son client, vous pourrez respecter un code éthique et déontologique, signature profonde de votre professionnalisme et de votre sérieux.

Le coaching est un développement personnel et un accompagnement différent d'autres disciplines, il s'agit de se situer parmi les accompagnants et les thérapeutes pour que le coaching se passe dans les meilleures conditions qu'il soit.

Enfin tout cela posé, je peux commencer à comprendre ce qui se passe dans la relation de coaching !

Pendant l'entretien de coaching, et avant d'entrer en relation, j'apprends, je comprends et je vis la différence entre pouvoir « sur » et pouvoir « pour ». Le coach sait qu'il a de l'influence et ne l'utilise pas pour manipuler, mais pour faire avancer son client.

Le client et le coach doivent revivre des situations de relation parentale, et comprendre les mécanismes conscients et inconscients de leurs comportements. Pour cela, un tour d'horizon de ces mécanismes de réussite et d'échec permet de connaître précisément comment je fais pour avancer ou pour échouer. Le coach cadre la relation, et doit apprendre à gérer l'interaction à l'intérieur même de l'entretien, par sa propre introspection, sa vigilance, son analyse et son questionnement.

Pour arriver, à ce niveau, savoir écouter est essentiel et entraîne le coaché à imiter le coach dans sa communication quotidienne (verbale, non verbale et para verbale).

Le coaching commence ! Comment le coach s'organise ? Comment prévoit-il sa communication, ses séances ? Que doit-il préparer ? A quoi doit-il se préparer ? Le coaching se vit en tant que coach, coaché et à force d'observer les autres, c'est essentiel pour la pratique future. J'apprends des entretiens et de ma pratique. La manière de confronter le système et mon client, de lui faire prendre conscience et de le recadrer, afin de tenir l'objectif avec bienveillance. Enfin je prends la posture du coach.

Module 2 : La relation avec le client et les techniques du coach (2 jours)

Le coach a des techniques préparatoires et des protocoles pour accompagner son client, le mettre en action et le suivre sans jamais le lâcher, ce qui permet au client de rester engagé au sein du coaching.

Les phases du coaching

Le coach doit faire un état des lieux avec son client et s'assurer que l'objectif ou le problème est un objectif réalisable. C'est la phase d'exposition, pour le coaché, de sa « vraie » problématique ou de son « vrai » objectif, celui qui restera au centre des préoccupations des deux protagonistes jusqu'à la fin du coaching.

Le métier de **Coach personnel et professionnel**

Module 2 : La relation avec le client et les techniques du coach (2 jours) - Suite

Pour mettre en place cette relation et lever vers le haut son coaché, le coach appréhende des outils d'introspection de la relation, et doit avoir une posture « basse ».

Techniques de base en coaching

La psychanalyse est à la base de cette pratique et Vincent LENHARDT est le premier à en avoir parlé comme une pratique moderne d'accompagnement individuel et collectif. Les techniques en coaching passent par du lâcher prise, une mise en évidence par le coaché lui-même de ce qui lui semble dysfonctionner, une mise en action et un suivi permanent par le coach. Le coach ne lâche rien, ni le coaché, ni la relation pour emmener son client à atteindre son objectif et résoudre ses problématiques.

Module 3 : Méthodologie, techniques et outils du coaching individuel (3 jours)

Le lien créé avec son client est primordial, afin de faire un état des lieux précis, analyser la demande de son coaché et être conscient de l'effet miroir de la relation.

Pratique de l'entretien de coaching

Le rapport entre le coach et son coaché, référence à Milton Erickson, fait partie intégrante de l'interaction du coach avec son client, il est présent tout au long du coaching. Il permet la mise en action de son client.

Pour cela le coach doit tenir le cadre du coaching, connaître les différentes phases du coaching, anticiper, se préparer jusqu'à rendre son client autonome.

Les phasages du coaching deviennent plus clairs, « par où je commence ? Et par quoi je finirai ? avec mon coaché » sera l'objectif du coach et permettra au coaché de prendre sa vie en main.

Accompagnement à la compréhension et à la mise en place de stratégies par le client

Le client a compris ses mécanismes de fonctionnement, il est prêt à élaborer un projet de vie personnel ou professionnel. Le coach est loin d'avoir fini sa mission, il renforce les prises de conscience et fait gravir pas à pas les marches du succès de son client et explore ses limites.

Le coach apprend, avec des cas concrets et actuels, comment accompagner son client en transition, en reconversion, en prise de poste, à performer, accompagner le changement et résoudre les difficultés dans son système de fonctionnement.

Le coach va apprendre les stratégies de communication, de prise de décision, les notions d'assertivité et de communication non violente.

Le métier de **Coach personnel et professionnel**

Module 4 : Méthodologie, techniques et outils du coaching d'entreprise (3 jours)

En entreprise, le coaching est déjà installé depuis plusieurs années, et il continue à se développer, il est donc important de remettre les outils et protocoles appris auparavant dans un contexte professionnel.

Le coaching étant aujourd'hui basé sur des problématiques aussi bien professionnelles, que personnelles. Le coach doit faire face à cette nouvelle stratégie de mixité permanente entre la vie professionnelle et la vie personnelle.

Le coach appréhende dans ce module les difficultés principales rencontrées en entreprise et pour mener à bien son action. Il sera initié à la demande tripartite, la proposition commerciale et les risques concrets que rencontre le coach en entreprise. Ainsi que les accompagnements organisationnels et stratégiques du salarié jusqu'au dirigeant.

Enfin, le coach pourra répondre à des demandes de coaching collectif et permettre à des groupes de retrouver un fonctionnement optimal.