

Programme « coaching créatif »

7 jours pour vous former à la méthodologie et aux techniques du coaching pour le Management et l'accompagnement des personnes.

JOUR 1 – Coaching, pensée polaire et acceptation de soi.

- Que faire avec le coaching ? Quelle valeur ajoutée dans l'accompagnement des personnes ?
Un savoir-faire au service d'un savoir-être.
- Comment sortir de la pensée polaire, des jugements, des certitudes et ouvrir une troisième voie ?
- Accepter ce que nous sommes.

JOUR 2 - Les Métats-états dans le coaching et leur champ d'application.

- Premières notions sur la définition d'un objectif.
- Texturer un état ou la notion de Méta-état décrit par la Neuro-sémantique.
- Les Méta-états au service de la réalisation de ses objectifs.
- Les champ d'application du coaching.

JOUR 3 – Principes et croyances. Les étapes de la création d'objectif.

- Comment se débarrasser d'un principe qui empêche d'avancer dans la réalisation de ses objectifs ?
- Comment intégrer un nouveau principe facilitant ?
- Trouver l'équilibre dans la fixation d'objectif en dosant moyens mis en œuvre et résultat à atteindre.
- Les 10 étapes nécessaires à la construction d'un objectif.
- Les croyances qui nous empêchent d'avancer et comment en sortir ?

JOUR 4 – Styles et outils du coach.

- Les différents styles de coaching.
- Les outils fondamentaux du coach : le feed-back.
- Ecouter, questionner, prendre et donner le feed-back.

JOUR 5 – Motivation, objectif et structuration de l'accompagnement.

- La motivation.
- La notion de valence dans la construction d'un objectif.
- La notion d'expectence dans la construction d'un objectif.
- Structure d'une séance de coaching.

JOUR 6 – Approche psychologique et Neuro-Sémantique.

- Les distorsions cognitives.
- Le modèle de la matricede la pensée issue de la Neuro-Sémantique.
- La construction du sens de nos actions et ses différents niveaux (méta-niveaux).

JOUR 7 – Le coach dans sa pratique.

- Découverte des schémas Heuristiques pour la prise de notes et l'amélioration de la mémoire.
- Entraînement à la pratique de séances de coaching sur les thématiques choisies par les participants.