

Intégrer la posture de coach

- présentiel ou distanciel -

Acquérir une posture de coach vous permettra de découvrir et d'explorer de nouvelles ressources pour développer votre agilité comportementale, créer un lien de confiance pérenne avec vos interlocuteurs, que vous soyez manager, formateur, conseiller, commercial ou tout métier qui exige de l'intelligence relationnelle. Le coaching est un métier de la relation qui repose en premier lieu sur la création de liens de confiance :

- La confiance en soi, dans la conduite du processus d'accompagnement
- La confiance en l'autre, dans ses capacités à élaborer son propre cheminement intérieur
- La confiance dans la relation, à travers l'équilibre de co-responsabilité et de co-construction entre le coach et le client pour faire émerger la solution

Intégrer la posture de coach c'est acquérir les compétences clés pour créer cette relation de confiance à partir d'outils et de techniques relationnels.

A l'issue de cette formation vous aurez acquis les compétences suivantes :

- Identifier vos atouts et vos axes de progrès pour vous positionner en tant coach
- Adopter une posture coach dans l'exercice de votre activité
- Initier une relation à soi dans une cohérence qui fasse sens
- Vous adapter au registre verbal et non verbal de votre interlocuteur
- Maîtriser les techniques de communication nécessaires à la réalisation de l'entretien
- Développer un équilibre de la relation en pratiquant les différents niveaux d'écoute

OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Comprendre les particularités et les enjeux de la posture coach
- Affiner son identité professionnelle
- Passer d'une posture d'expert à une posture d'accompagnant
- Ajuster sa posture aux interlocuteurs et aux situations rencontrées
- Développer ses qualités d'écoute
- Améliorer sa compréhension de la situation par la technique de la reformulation
- Développer son empathie et son intuition
- Accompagner la parole de l'autre pour mieux le comprendre

PRINCIPE

Dynamique de groupe, Interactivité,
 Implication des participants;
 Réflexion collective et animation participative permettant l'émergence d'idées et de suggestions des participants;
 Alternance apports théoriques et mises en pratique;
 Exercices individuels et collectifs;
 Entraînement (mises en situation sur des cas réels rencontrés par les participants);
 Exercices d'intersession

PUBLIC

Managers, RH, Consultants, chefs de projets, personnel d'encadrement... ou toutes personnes engagées dans des missions d'accompagnement et d'encadrement, cherchant à enrichir leurs pratiques professionnelles.

PROGRAMME

Cycle de 3 journées (en présentiel ou distanciel) et 1 journée en e-learning par l'accès à une plateforme numérique.

Bien se connaître pour bien accompagner les changements

- Les distinctions entre la posture coach et la posture manager
- Attitude directive et de contrôle versus attitude de coopération
- Le manager-coach facilitateur du développement personnel de ses collaborateurs
- Le rôle du manager-coach entre processus et contenu
- La connaissance de soi pour bien accompagner

Passer d'une posture d'expert à une posture de facilitateur pour promouvoir l'autonomisation et la responsabilisation d'une personne, d'une équipe

- Les 3 dimensions de la posture coach
- Les composantes de la posture coach
- La notion de posture haute et de posture basse
- La sécurité ontologique du manager-coach
- Les enjeux de la posture coach

Développer une écoute attentive et non directive pour mieux coopérer

- Les différents canaux de communication
- Les attitudes et types d'écoute
- Les niveaux d'écoute (processus objectifs/subjectifs)
- La gestion des silences
- La compréhension empathique
- L'authenticité dans la relation à l'autre

La notion de non-directivité dans l'entretien de coaching

- Les types d'entretien
- Les ingrédients de conduite d'entretien
- La démarche de l'entreprise pour être centré sur l'autre
- La construction de la relation de confiance au cours de l'entretien

L'appropriation des outils clés pour conduire un entretien en posture coach

- Les attitudes d'écoute
- La gestion des silences
- Les types de reformulation et leurs effets
- Les qualités d'une reformulation impactante

ANIMATION

Ce cycle est animé par une équipe de coaches certifiés :

Baptiste Calté : coach certifié et métathérapeute

Carine Delavenne : coach certifiée et superviseure IFOD, psychopraticienne

Sophie Hollanders : Consultante formatrice et Coach certifiée.

LIEU

Si présentiel :

IFOD 10, rue
Cambacérès 75008
Paris

Tél 01 40 20 21 22
www.ifod.fr