



COACHING
SQUARE
SWISS

ROOT© Online

Coach certifié - Niveau 1



ROOT© Certified Coach - Partie 1 est un programme de haut niveau accrédité par l'International Coaching Federation, basé sur les 11 compétences fondamentales. Il s'agit d'une formation professionnalisante pour coachs que nous recommandons si vous attachez de l'importance à la qualité, à la crédibilité et à une profonde expertise. Vous développerez l'attitude et les aptitudes pour accompagner le développement de compétences et/ou le changement de comportements dans un environnement donné, soit 60% des situations de coaching en entreprise ou en life coaching.

Pour qui ?

Chaque personne qui souhaite développer ses compétences et attitude et obtenir le certificat de coach sans se déplacer.

Nous pensons à différents groupes cibles :

- Le spécialiste RH qui désire développer ses compétences dans l'accompagnement et/ou se spécialiser en coaching de compétences
- Le consultant/le formateur qui aimerait passer du conseil/de la formation au coaching
- Le manager qui désire mettre en œuvre une approche de développement avec ses collaborateurs

Qu'attendre d'une formation en ligne

Au terme de ce programme vous aurez acquis la **posture**, les **compétences** et les **outils** vous permettant de coacher vos clients ou collaborateurs aux niveaux de leur environnement, comportements et compétences.

Vous disposerez ainsi :

- D'évaluations de vos compétences de coach et d'une **certification** qui correspond aux standards d'ACC (Associated Certified Coach) de l'International Coach Federation (ICF)
Vous aurez également des exemples de contrats et creusé la déontologie qui entoure le métier.
- **D'une formation et d'un certificat quel que soit l'endroit**
Vous êtes en vacances, en déplacement familial ou professionnel ? Vous avez la possibilité de libérer des courtes périodes dans votre semaine de travail ? Vous accédez à une formation, à des connaissances, des compétences et un certificat ! La formation à distance est une solution, quelle que soit la raison de l'éloignement.
- **Recourir aux nouvelles technologies ludiques et pédagogiques** Pendant votre formation en ligne, vous utiliserez de multiples supports pédagogiques tels que des vidéos, des cours en ligne, des classes virtuelles, des forums de discussion. Vous déploierez alors vos

compétences avec les technologies digitales et avec des formateurs en « live »

- **Se former à son rythme** La formation en ligne est la solution pour tous ceux qui souhaitent se former à leur rythme. Organisez votre temps d'apprentissage en fonction de vos contraintes personnelles (travail, famille) et de vos envies !
- **Se former sur son lieu de travail** La formation à distance est une vraie opportunité pour les salariés. Elle leur permet d'accéder à un programme de formation et d'obtenir un diplôme, sans quitter leur job.

Un apprentissage continu

- **18 demi-jours de formation + 1/2 jour de certification**
- **Coach-the-coach** – 1h30 de coaching individuel par des coachs professionnels
- **Supervision de groupe** – minimum 4 heures durant lesquelles les participants effectueront des exercices de coaching et recevront du feedback personnalisé basé sur les 11 compétences d'ICF
- **2 webinaires en soirée**
- **Support** – Pour vous accompagner dans cette formation, un contenu en ligne sera accessible via un lien personnel, ce contenu sera enrichi de documents et d'exercices
- **Groupes de pairs** – entre chaque module, les participants travailleront en groupes de pairs de façon à pratiquer les processus de coaching et poursuivre l'intégration.

Prix de la formation : Fr. 5'500.-



COACHING
SQUARE
SWISS

ROOT© Online

Coach certifié - Niveau 1



PROGRAMME

Module 1 – Le coaching en tant que compétence, attitude et profession

Qu'est-ce que c'est le coaching et niveaux de coaching

- Qu'est-ce que c'est le coaching et qu'est-ce que ce n'est pas
- L'attitude et les présupposés de base du coach
- La structure d'une conversation de coaching
- Les interventions et les compétences du coach
- Le trajet du développement humain
- Coaching par rapport à d'autres métiers

Que signifie 'écoute empathique' ?

- Écouter avec tous ses sens
- Le pouvoir et l'effet de la reformulation et du recadrage
- Se connecter avec la personne à coacher, être présent et dans un mode d'observation

Structurer une séance de coaching

- Construire un processus selon une structure éprouvée

Module 2 – Le perfectionnement des compétences de coaching

Écouter activement

- Qu'est-ce qu'"écouter" dans une conversation de coaching ?
- L'écoute en pleine présence : en faire l'expérience
- Présupposés pour l'écoute
- Les trois niveaux de l'écoute
- Le Métamodèle
- Calibrer et synchroniser
- Rapport : Pacing & Leading, Matching & Mismatching
- Index computation

Poser des questions puissantes

- Modèle décisionnel
- Poser des questions qui soutiennent le coaché dans ses prises de conscience

Promouvoir une communication directe

- La reformulation approfondie
- Explorer les perspectives à partir de différentes positions

Module 3 – L'orientation résultats dans le coaching Orienté résultats

- L'état du coach, définir ses limites, l'auto-observateur et l'endiguement
- Orientation résultats versus axé sur les résultats
- Définir l'objectif d'un processus de coaching
- Objectif du trajet, ressources et obstacles
- Zone de confort, développement versus stress
- Aller vers/ s'éloigner de - dimensions de la motivation
- Coaching basé sur les valeurs comme facteur de motivation
- PERFORM - Single Loop Coaching

Compétences de confrontation

- Appréciation et feedback en coaching
- Différentes formes de feedback
- Critique versus feedback
- Confrontation à différents niveaux : perceptions, sentiments, intuitions, contradiction

Module 4 – Le développement des compétences dans un monde en changement

Le processus d'apprentissage et le contexte

- Le processus d'apprentissage de la personne coachée et les pièges possibles
- Optimisation des conditions contextuelles
- Processus de changement

Développement des compétences

- Que sont les compétences ?
- Qu'est-ce qui est spécifique au développement des compétences ?

Moi, en tant que coach, dans l'environnement de travail

- Mon attitude de base en tant que coach
- Le contrat de coaching
- Aspects éthiques
- Mon parcours de développement en tant que coach

Certification ROOT©

Évaluation des compétences de coach axée sur la validation de votre maîtrise des 11 compétences d'ICF au niveau ACC.

