Développer les fondamentaux de la posture de coach

Enrichir sa façon d'être en relation à l'autre pour mieux collaborer

Stage pratique
Facilitation

Code :
FDXCO

Durée :
2 jour(s) (14,00 heures)

Exposés : **25 %**
Cas pratiques : **50 %**
Echanges d'expérience : **25 %**

Inter-entreprises :
Prochaines sessions disponibles sur notre site web.
Tarif : 1 680,00 € HT / participant

Intra-entreprise :
Tarifs et dates sur demande.

DESCRIPTION

Adopter une posture de coach, c'est affiner son écoute, renforcer sa présence et favoriser l'autonomie des individus et des équipes.

Cette formation immersive vous permet d'expérimenter concrètement les principes du coaching, d'acquérir des techniques éprouvées et des outils pratiques pour enrichir vos interactions professionnelles.

Apprenez à créer un cadre de confiance, à poser les bonnes questions et à accompagner efficacement le développement et l'autonomie.

La formation adopte une approche expérientielle qui privilégie l'apprentissage par la pratique. Pour enrichir l'expérience et ancrer les compétences, plusieurs méthodes pédagogiques sont mises en œuvre :

- Apports théoriques : pour établir les bases de la posture de coach
- Ateliers pratiques : exercices en binômes, trinômes et en groupe pour expérimenter et intégrer les concepts
- Flash coaching : mises en situation courtes et dynamiques
- Débriefings : moments d'échange pour partager les expériences, tirer des enseignements et ajuster les approches

La formation s'adresse tout particulièrement aux managers et responsables d'équipe pour leur permettre d'enrichir leur positionnement face à leurs collaborateurs et collaboratrices, en y ajoutant la posture coach afin d'accompagner à l'émergence de solutions.

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

- Mettre en œuvre des techniques d'écoute active et de questionnement adaptées aux situations d'échange.
- Expérimenter et intégrer la posture de coach
- Adapter sa posture en fonction du contexte et des interlocuteurs

PUBLIC CIBLE

- Managers
- Responsables d'équipe
- Toute personne ayant de l'interaction avec ses collègues,

partenaires ou équipes.

PRE-REQUIS
Aucun prérequis n'est nécessaire pour participer à cette formation.

METHODE PEDAGOGIQUE
Formation avec apports théoriques, échanges sur les contextes des participants et retours d'expérience pratique des formateurs, complétés de travaux pratiques et de mises en situation.

PROFIL DES INTERVENANTS

Cette formation est dispensée par un·e ou plusieurs consultant·es d'OCTO Technology ou de son réseau de partenaires, expert·es reconnus des sujets traités.

Le processus de sélection de nos formateurs et formatrices est exigeant et repose sur une évaluation rigoureuse leurs capacités techniques, de leur expérience professionnelle et de leurs compétences pédagogiques.

MODALITÉS D'ÉVALUATION ET FORMALISATION À L'ISSUE DE LA FORMATION
L'évaluation des acquis se fait tout au long de la session au travers des ateliers et des mises en pratique. Afin de valider les compétences acquises lors de la formation, un formulaire d'auto-positionnement est envoyé en amont et en aval de celle-ci. Une évaluation à chaud est également effectuée en fin de session pour mesurer la satisfaction des stagiaires et un certificat de réalisation leur est adressé individuellement.

PROGRAMME PEDAGOGIQUE DETAILLE

Jour 1

OUVERTURE DE SESSION

- Tour de table des participants et recueil des attentes
- Présentation du déroulé de la formation

INTENTIONS, CONTRAT ET POSTURE DE COACH

- Clarifier les attentes Savoir poser le cadre
- Faire la distinction entre un coach, un mentor, un formateur, un thérapeute et un consultant

PLEINE PRÉSENCE ET ÉCOUTE ACTIVE

- Faire l’expérience de la pleine présence, apprendre à se recentrer, à s’écouter
- Expérimenter l’écoute active

- Faire l'expérience des questions ouvertes
- Réaliser une conversation puissante

Jour 2

DÉVELOPPER UNE RELATION DE CONFIANCE

- Acquérir les fondamentaux du coaching : ouverture, non-jugement et les 3P
- Identifier et prévenir le syndrome du sauveur : comprendre le triangle de Karpman et utiliser la trousse de Steiner

ENRICHIR SA FAÇON D'ÊTRE À L'AUTRE

- Expérimenter pleinement la puissance du coaching
- Adopter et maîtriser la posture méta
- Développer une conscience accrue de ses biais cognitifs

CLÔTURE DE SESSION

- Revue des concepts et apprentissages clés de la formation
- Échange autour des questions et réponses additionnelles

Accessibilité

L'inclusion est sujet important pour OCTO Academy.
Nos référent·es sont à votre disposition pour faciliter l'adaptation de votre formation à vos besoins spécifiques.
Pour les contacter : academy.accessibilite@octo.com