

Présentation

PROGRAMME DE FORMATION : COACH INDIVIDUEL & D'ÉQUIPE

La formation de Coach Individuel & d'Équipe a été conçue pour former à ce métier de manière opérationnelle, et préparer ses participant(e)s à ses deux facettes :

- Le coaching individuel de managers ou dirigeants, dans une optique d'amélioration de leurs compétences managériales,
- Le coaching d'équipe de direction, avec une visée d'amélioration de la performance collective.

Le coaching, individuel ou d'équipe, consiste à accompagner une personne ou une équipe dans le but d'améliorer sa manière d'être ou de fonctionner, sa façon d'interagir, sa cohérence ou sa cohésion et son efficacité.

Ces deux types de coaching cherchent :

- à donner les bons outils d'analyse pour que l'individu ou le groupe soit capable de faire son propre diagnostic,
- puis à l'aider à mobiliser les ressources qui le rendent capable d'atteindre les objectifs souhaités.

Les méthodes et outils opérationnels et concrets de l'agilité comportementale issus du modèle ComProfiles équipent ces démarches et permettent de réaliser un travail fin et approfondi.

Cette formation est basée sur le modèle ComProfiles®, créé par le Pr. Robert Weisz et utilisé internationalement depuis plus de 30 ans. Elle donne accès à une palette complète de méthodes et d'outils évolutifs, innovants et homogènes les uns avec les autres.

CONTACT

Adélaïde Tinel
Responsable Relation Client
06 83 99 59 09
atinel@comprofiles.com



Programme des sessions et des intersessions

Session Initiale – "Agilité Comportementale & Leadership"

2 jours

Objectifs

A l'issue de cette session, le/la participant(e) aura acquis les connaissances et compétences fondamentales de l'agilité comportementale et des méthodes et outils, applications du modèle ComProfiles :

- Distinguer chaque registre de communication, sa dynamique propre, ses qualités et vulnérabilités associées
- Utiliser les méthodes d'adaptation appropriées à chaque profil de communication
- S'approprier son propre profil de communication pour l'utiliser à des fins de développement personnel
- Comprendre et s'approprier les enjeux et méthodes pédagogiques ComProfiles

Programme

JOUR 1 : Champs et bases théoriques

- Fondamentaux de l'agilité comportementale et des mécanismes psychologiques du stress
- Introduction aux concepts de survie et de croissance relationnelle
- Correspondance entre stress, besoins psychologiques et comportements relationnels : le modèle ComProfiles, les 4 registres de communication
- Découverte de son profil de communication : Exercice de réflexion sur soi et programme de développement

JOUR 2 : L'agilité comportementale en pratique

- Comment diagnostiquer qu'une personne est en survie
- Comment s'adapter face à des personnes en survie
- S'adapter à des réactions, situations et styles de communication spécifiques : jeux de rôles relatifs à chaque Profil de Communication et analyse des comportements observés
- Appliquer l'agilité comportementale en situation de travail, comme manager, comme pair

Moyens pédagogiques et techniques

Cette session comporte plusieurs séquences pédagogiques :

- Apports théoriques
- Jeux de rôles avec le formateur et leur analyse
- Questionnaire d'auto-évaluation permettant de recevoir son profil de communication personnel
- Exercice individuel de réflexion sur soi
- Temps d'échanges, de questions-réponses avec le formateur



Session 1 – Pratiques fondamentales du coaching

3 jours

Objectifs

A l'issue de cette session, le/la participant(e) aura acquis les connaissances et compétences pour... :

- Expliquer les principes et le déroulement d'un accompagnement de coaching
- Utiliser les outils et techniques de l'entretien de coaching
- Prendre une posture de coach professionnel dans la relation à son client :
 - Analyser sa demande, en déduire ses besoins
 - L'accompagner dans la formulation de son plan de développement dans le cadre de ses fonctions (professionnelles)
 - L'accompagner dans sa démarche de changement

Moyens pédagogiques et techniques

- Chaque session est organisée en ateliers, qui alternent apports théoriques et exercices pratiques. Les exercices peuvent être réalisés en groupe plénier, supervisés par le formateur en charge de l'atelier ou en sous-groupes, supervisés par des formateurs de l'équipe pédagogique ComProfiles et/ou le directeur de la formation (minimum 1 formateur par groupe de 3 ou 4).
- Des temps d'échanges, de questions-réponses avec les formateurs ponctuent les ateliers et clôturent la session.

Programme

Les Fondements du Coaching

- Qu'est-ce que le Coaching ?
- L'Objectif, socle de la démarche de coaching
- Le Processus de Coaching (Modèle SCORE) ; mobilisation des ressources pour franchir l'écart entre état présent et état désiré

L'Engagement dans la Relation

- Les savoir-faire essentiels : écoute active, questionnement, valorisation, reflet, synthèse et résumé
- Posture de l'accompagnant : Position haute, Position basse
- Déroulement d'une séance de coaching

Le processus de coaching et les compétences essentielles

- Qualité du questionnement
- Les questions puissantes
- Qualité de l'écoute : l'écoute réflexive
- La mobilisation des ressources du coaché



Intersession 1/2 - 1 jour + 2 jours de travail personnel recommandés

- Travail de réflexion sur soi en tant que Coach (1^{er} temps)
- Fiche de lecture (contrôle continu de la Certification, à rendre avant la 5^e session de formation)
- Pratique du coaching individuel, entre pairs (6-7 séances)

Chaque participant(e) bénéficie d'un rendez-vous de positionnement pédagogique, et d'au moins un rendez-vous de débriefing de sa pratique de Coaching avec ses pairs.

Session 2 - Posture de coach

3 jours

Objectifs

L'objectif principal de cette session 2 est le renforcement des apprentissages de la session 1 par la pratique, sous forme d'exercices et de coachings réels supervisés.

A l'issue de cette session, chaque participant aura acquis les connaissances et compétences pour conduire une séance de coaching individuel professionnel, c'est-à-dire :

- adopter la posture relationnelle spécifique du coach dans ses interactions avec son client
- utiliser une écoute et une forme de questionnement spécifiques, qui structurent et favorisent le travail de développement du coaché

Programme

Le Changement

- Les Motivations du Changement
- L'ambivalence du changement
- Intégration : séance complète de coaching

Supervision de pratique & approfondissements

- Les niveaux logiques : représentation de notre conscience en 6 niveaux hiérarchisés
- Coachings supervisés

Supervision de pratique & approfondissements

- Métamodel et Croyances : explorer les zones d'ombre et les croyances limitantes
- Coachings supervisés



Intersession 2/3 - 1 jour + 2 jours de travail personnel recommandés

- Travail de réflexion sur soi en tant que Coach (2nd temps)
- Fiche de lecture (contrôle continu de la Certification, à rendre avant la 5^e session de formation)
- Exercice de présentation de l'Agilité Comportementale et du modèle ComProfiles
- Pratique du coaching individuel, entre pairs et avec des coachés extérieurs (5-7 séances)
- Mémoire portant sur le coaching individuel d'un coaché extérieur, sur au moins 4 séances (contrôle continu de la Certification, à rendre avant la 5^e session de formation)

Chaque participant(e) bénéficie d'un rendez-vous de positionnement pédagogique, et d'au moins un rendez-vous de débriefing de sa pratique de Coaching avec ses pairs et avec ses coachés extérieurs.

Session 3 - Le coaching individuel avec ComProfiles

3 jours

Objectifs

A l'issue de cette session, le/la participant(e) aura acquis les connaissances et compétences pour... :

- Analyser sa propre pratique de coach au regard de son Profil de Communication
- Expliquer les notions fondamentales du modèle ComProfiles et les outils qui en sont issus à son coaché
- Utiliser les outils Profil de Communication et 360° pour co-construire avec son coaché son plan de développement
- Cibler et anticiper des points de vulnérabilité et de progrès propres au coaché en fonction de son profil de communication

Programme

Approfondissement du modèle ComProfiles®

- Utiliser le profil de communication dans une dimension individuelle et interactionnelle
- Analyser et débriefier un cas réel
- Comprendre et utiliser les interactions entre langages ; travail en groupe sur les interactions fonctionnelles en « croissance » et dysfonctionnelles en « survie »
- Intégrer les Principes Directeurs (les valeurs principales) dans sa pratique du coaching
- Approfondir les connaissances du modèle ComProfiles® par la pratique et le débriefing d'un profil de communication



Mise en pratique des outils ComProfiles®

- Le Profil de Communication comme accélérateur de coaching : les pistes d'intervention
- Établissement de la feuille de route – Apports ComProfiles ; études de cas
- Étude d'un cas complet ; utilisation du Profil de communication et du 360°
- Anticipation du programme de développement du cas et des objectifs de coaching

Pratique du coaching avec ComProfiles®

- Supervision de séances de coaching réelles pour l'intégration des outils ComProfiles®
- Le profil du Coach – Le système Coach / Coaché

Intersession 3/4 – 1 jour + 2 jours de travail personnel recommandés

- Fiche de lecture (contrôle continu de la Certification, à rendre avant la 5^e session de formation)
- Pratique du coaching individuel, entre pairs et avec des coachés extérieurs (5-7 séances)
- Mémoire portant sur le coaching individuel d'un coaché extérieur, sur au moins 4 séances (contrôle continu de la Certification, à rendre avant la 5^e session de formation)

Chaque participant(e) bénéficie d'un rendez-vous de positionnement pédagogique, et d'au moins un rendez-vous de débriefing de sa pratique de Coaching avec ses pairs et avec ses coachés extérieurs.

Session 4 – Le coaching d'équipe avec ComProfiles : Développer l'autonomie, la cohésion et l'efficacité

3 jours

Objectifs des sessions 4 & 5 :

A l'issue des 2 sessions, le/la participant(e) aura acquis les connaissances et compétences pour :

- Diagnostiquer le niveau de cohésion et d'efficacité d'une équipe
- Définir en équipe les changements et améliorations désirées à l'instant présent
- Améliorer les relations interpersonnelles et les aptitudes à travailler ensemble
- Augmenter la performance opérationnelle et la productivité d'une équipe
- Développer le leadership de chacun des membres de l'équipe



Pour ce faire, renforcer à l'intérieur de l'équipe :

- La confiance et la capacité à gérer les désaccords et les conflits
- L'engagement vers une stratégie partagée et la responsabilisation mutuelle
- La dynamique de changement et d'amélioration des résultats

Programme

Comment diagnostiquer la dynamique et la cohésion d'une équipe

- Méthode d'autodiagnostic et de diagnostic externe
- Modèle et outils d'évaluation de la cohésion et de l'efficacité d'une équipe
- Observation directe de l'équipe dans son environnement naturel
- Méthodes d'analyse des styles de communication des membres, leur influence sur la dynamique d'équipe

Comment construire et renforcer la confiance

- Mise en situation de la prise de décision en équipe ; les facteurs clés de la capacité de prise de décision d'une équipe
- Techniques d'inclusion

Comment par l'intermédiaire de coaching contribuer à transformer un désaccord sur un conflit en une opportunité de progrès

- Relation entre les membres d'une équipe en fonction de leurs profils de communication ; des vulnérabilités à la complémentarité
- Intervention entre des parties en conflit ; méthode de médiation
- Comment mener une confrontation ou formuler une critique de manière constructive

Intersession 4/5 - 1 jour + 2 jours de travail personnel recommandés

- Fiche de lecture (contrôle continu de la Certification, à rendre avant la 5^e session de formation)
- Étude de cas
- Pratique du coaching individuel, entre pairs et avec des coachés extérieurs (5-7 séances)
- Mémoire portant sur le coaching individuel d'un coaché extérieur, sur au moins 4 séances (contrôle continu de la Certification, à rendre avant la 5^e session de formation)

Chaque participant(e) bénéficie d'un rendez-vous de positionnement pédagogique, et d'au moins un rendez-vous de débriefing de sa pratique de Coaching avec ses pairs et avec ses coachés extérieurs.



Session 5 – Le coaching d'équipe avec ComProfiles : Études de cas réels et mise en pratique 2 jours

Objectifs

L'objectif principal de cette session est le renforcement des apprentissages de la session 4 par la pratique, sous forme d'exercices et d'études de cas.

Programme

En tant que coach, aider l'équipe à augmenter sa cohésion par l'engagement et la responsabilisation mutuelle de ses membres

- Construction d'une vision et d'une stratégie partagée
- Déploiement de la mission collective en responsabilités et rôles individuels
- Apprentissage du leadership par chaque membre de l'équipe

Comment en tant que coach favoriser le changement et l'amélioration de l'efficacité

- Définir des objectifs partagés d'amélioration de la dynamique et de la communication interne
- Établir de la cohérence entre modes de leadership, processus d'organisation et projet de changement

Application concrète à des situations réelles de coaching d'équipe

- Étude et résolution de cas réels en utilisant les outils ComProfiles® ; profil de communication, cartographie d'équipe, inventaire de la cohésion et de l'efficacité d'équipe
- Mise en œuvre d'un processus d'intervention, de choix des méthodes et des outils appropriés

Intersession 5/5 – 1,5 jour + travail personnel

- Fiche de lecture (contrôle continu de la Certification, à rendre avant la 5^e session de formation)
- Pratique du coaching individuel, entre pairs et avec des coachés extérieurs (5-7 séances)
- Mémoire portant sur le coaching individuel d'un coaché extérieur, sur au moins 4 séances (contrôle continu de la Certification, à rendre avant la 5^e session de formation)

Chaque participant(e) bénéficie d'un rendez-vous de positionnement pédagogique, et d'au moins un rendez-vous de débriefing de sa pratique de Coaching avec ses pairs et avec ses coachés extérieurs.



Session 6 – Certification : Mises en situation
professionnelle et Études de cas

3 jours

Pendant cette session, chaque candidat présente les 3 épreuves de Certification finale :

- Mise en situation professionnelle : Feedback d'une évaluation 360°
- Mise en situation professionnelle : conduite d'une séance de Coaching Individuel
- Étude de cas de Coaching d'équipe