PROGRAMME DE FORMATION

INTITULE DE LA FORMATION

Coacher en Pleine Conscience

Durée :
3 journées présentielles (21h)

Objectifs pédagogiques :

A l'issue de la formation, les participants *auront appris à* :

- Comprendre ce qu'est la pleine conscience, tant sur un plan philosophique dans ses aspects opérationnels
- Connaître les 7 piliers de la pleine conscience, qualités opérationnelles développées lors de la pratique méditative
- Comprendre leur articulation avec les 8 compétences-clés qui nourrissent et définissent la posture de coach, telles que décrites dans le référentiel proposé par ICF (*Référentiel des Compétences-clé de Coaching par ICF – octobre 2020)*
- Poser un diagnostic de leur propre posture de coach au travers de ces deux grilles de lecture combinées
- Développer une forme d'autonomie dans leur capacité à affiner concrètement ce diagnostic à l'issue d'une séance de coaching.

Objectifs opérationnels :

A l'issue de la formation, les participants *seront capables de* :

- Développer de matière autonome une pratique méditative destinée à nourrir les dimensions spécifiques propres coaching (en référence aux 8 compétences-clés proposées par ICF)
- Mettre en œuvre consciemment et de manière incarnée dans leur posture de coach professionnel les qualités qui sous-tendent les 7 piliers de la pleine conscience : patience, confiance, non jugement, curiosité, acceptation, lâcher-prise, « effort joyeux ».
- Approfondir dans leur pratique opérationnelle du coaching les 8 compétences-clés proposées par ICF, éclairées au travers des 7 piliers de la pleine conscience
- Développer une posture consciente et réflexive à propos de leur propre pratique professionnelle, et formuler au fil de leurs interventions un diagnostic de leur propre posture de coach, pour repérer leurs points d'ancrage et leurs axes de développement
- Développer une qualité de présence et d'authenticité relationnelle, pour entretenir une singularité professionnelle nourrie à la fois d'exigence et de bienveillance, d'intégrité et d'humanité.

Prérequis et modalités d'accès :

- Exercer une activité d'accompagnement professionnel, en tant que coach et plus largement (en tant que thérapeute, consultant, mentor ou superviseur).
- NB : Le contenu de la formation s'appuie sur le référentiel proposé par la Fédération Internationale de Coaching (ICF), qui constitue un premier cadre de structuration pédagogique, néanmoins non-exclusif, et pourra être enrichi d'autres référentiels complémentaires.

Dates de la formation :

Session 2024 : vendredis 31 mai, 14 et 28 juin 2024

Lieu de la formation :

- En présentiel à Paris, ou en ligne à la demande.

Tarif :

- Frais pédagogiques : 1.200 € HT (TVA : 240 € - Prix TTC : 1.440 €) pour les 3 jours, inclus le matériel pédagogique (diaporama en format numérique incluant liens d'approfondissement, et 10 méditations guidées en format audio).
- Repas à la charge des participants.
- Une convention de formation est établie avec chaque participant.

Accessibilité aux personnes handicapées :

- C'est à l'initiative de toute personne souffrant d'un handicap de nous contacter pour que nous élaborions ensemble les meilleures solutions d'accueil et d'évaluation de la formation sollicitée, en adéquation avec le handicap éventuel du stagiaire et en collaboration avec nos partenaires.

Modalités d'évaluation d'atteinte des objectifs de la formation :

- Bouclage individuel avec chaque participant autour des objectifs.

Formalisation à l'issue de la formation :

Une attestation de fin de formation sera remise à chaque stagiaire.

Modalités pédagogiques

- Apports didactiques, proposition de grilles de lectures pour approfondir la compréhension des situations professionnelles explorées (entretiens de coaching)
- Cas pratiques : méditations guidées ensuite débriefées et modélisées
- Supervision des pratiques, partages d'expérience.

Validation CCEU ICF

Dans le cadre de la formation continue des coachs, la formation Coacher en Pleine Conscience fait l'objet d'une validation de 21 CCEU (Continuing Coaching Education Units) délivrées par ICF (14 Core Competencies et 7 Resource Development), en lien avec les « 8 compétences de base » de ICF.

Contact :

Laurence THOMAS – laurence.thomas@consonanceandco.com – 06 64 96 96 54