

PUBLIC

- Professionnels de l'accompagnement exerçant dans les entreprises de tous secteurs d'activité
- Coachs, formateurs, accompagnateurs du changement, managers ayant une pratique de l'accompagnement.
- Psychologues du travail, infirmiers et éducateurs.

PRÉ-REQUIS

- Formation à l'accompagnement en situation professionnelle : coach / formateur / psychologue du travail / manager
- Pratique de l'accompagnement individuel dans le cadre professionnel.

DURÉE

3 jours soit 21 h en présentiel

LIEU

Nantes

INTERVENANT

Daniel Chernet

OBJECTIFS

Objectifs de la formation :

- Développer son intelligence émotionnelle d'accompagnant.
- Identifier et comprendre les mécanismes émotionnels à l'œuvre dans les situations professionnelles de coaching et de management.
- Savoir accompagner les émotions présentes dans le coaching avec des processus respectueux de la personne et de son développement.
- Enrichir sa pratique de coach et de managers dans l'accueil et l'accompagnement des mécanismes émotionnels.

PEDAGOGIE

Une approche vivante et pragmatique par une pédagogie active et participative / 70 % du temps est consacré à l'expérimentation et au debrief sur l'expérimentation
Évaluation et auto-évaluation en continu, feed-back du formateur lors de nombreuses mises en pratique.

PROGRAMME

Journée 1 : Fondamentaux des émotions et la peur

- **Intelligence émotionnelle** : reconnaître et accueillir les émotions, comprendre leurs sources, et identifier les réponses appropriées.
- **Émotions de base** : explorer la peur, la tristesse, la colère, la joie, la surprise et le dégoût, ainsi que les émotions secondaires et leur impact.
- **Coaching et émotions** : aborder la peur dans le coaching, ses origines, et son influence au travail.

Journée 2 : Colère et tristesse

- **Colère** : comprendre ses origines et manifestations, et l'accompagner dans le coaching.
- **Tristesse** : explorer son processus et son rôle dans le coaching, ainsi que la distinction entre tristesse et abattement.

PROGRAMME Suite

EVALUATION

Évaluation et auto-évaluation en continu, feed-back du formateur lors de nombreuses mises en pratique.

Journée 3 : Émotions complexes et posture empathique

- **Mélanges émotionnels** : pratiquer le coaching sur des situations émotionnelles et analyser des discours.
- **Accompagnement des émotions** : développer l'empathie et gérer ses propres émotions tout en stimulant la joie et en clôturant la formation avec des retours et évaluations.

TARIFS

- 300€ HT par jour et par personne soit 900€ HT la formation de 3 jours (21 heures)

CONTACT

L'école de la coopération
cmallard@ecole-cooperation.fr

Claire-marie ALLARD
06 85 37 62 17