



COACH PROFESSIONNEL(LE) & PERSONNEL(LE)

CYCLE DE
CERTIFICATION
2024

ici-keepzen.com



DEVENIR COACH CERTIFIÉ... OUI, MAIS POURQUOI? ET COMMENT?

L'un des éléments les plus satisfaisants d'être un coach de vie est que vous pouvez réellement aider les gens. En tant que coach, vous apporterez une contribution inestimable dans la vie d'autres personnes en les aidant à surmonter leurs défis, leurs limites et à atteindre leurs objectifs de vie et leurs aspirations.

Le rôle principal d'un coach de vie est d'aider les autres à sortir de cet état dans lequel ils se trouvent et qu'ils ne veulent pas être et à partir à la recherche de cette version d'eux-mêmes qu'ils veulent vivre. La formation pour devenir coach de vie accélère non seulement votre croissance et votre développement personnels, mais vous offre également la possibilité d'améliorer votre carrière actuelle.

Lorsque nous aidons les autres, sans aucun doute, nous travaillons de la même manière sur nous-mêmes. Vos compétences en relations interpersonnelles seront développées au fur et à mesure que vous apprendrez de nouvelles stratégies de vie, de nouveaux principes et de la même manière, vous serez en mesure de surmonter vos propres limites en Certification COACH de route. Grâce à ce Certification COACH stimulant, vous apprendrez rapidement à être plus conscient de votre croissance et de votre développement personnels.

Les Certifications COACH vous enseignent toutes les compétences fondamentales et les outils nécessaires pour commencer votre par vie en tant que coach professionnel et ajouter des compétences de coaching à votre profession ou métier actuel.

LORS DE CETTE CERTIFICATION COACH VOUS DÉCOUVRIREZ COMMENT :

- Etre un communicant plus compétent, motivant et influent.
- Devenir plus compétent pour identifier les fausses priorités et les croyances limitantes.
- Augmenter votre acuité sensorielle et développez votre sensibilité émotionnelle. .
- Utiliser les méthodes de Programmation Neuro-Linguistique pour gérer différents états émotionnels.
- Comprendre les peurs et les angoisses qui retiennent les gens dans leur vie.
- Posez des questions stimulantes afin d'établir la vérité dans toutes sortes de situations.
- Créer des relations solides sur le plan personnel et professionnel.
- Utilisez les outils de Coaching de Vie présentés pour améliorer vos pratiques professionnelles.
- Aidez vos clients à créer des objectifs précieux, profonds, écologiques et réalisables.
- Et bien plus encore...
- Vous aurez accès à de nombreux matériaux, regroupés en 6 modules, des informations élémentaires, des expériences de vie et différents types d'activités. Nos Instructeurs vous aiderons à acquérir toutes les connaissances nécessaires pour créer d'excellentes bases pour votre carrière de coach de vie, de telle sorte que la seule chose qu'il vous reste à faire à la fin du Certification COACH est de sortir et de faire immédiatement utilisation de ces connaissances.

Il n'y a pas de date limite pour terminer cette Certification COACH , vous pouvez étudier autour de vos responsabilités quotidiennes et suivre cette Certification COACH à votre rythme, qui devrait durer entre 6 et 12 mois. A la fin de la certification COACH , vous aurez obtenu tous les concepts fondamentaux de cette science, idéologies et techniques que les meilleurs Life Coaches utilisent actuellement dans leur vie et dans celle de leurs clients.

- À la découverte du Coaching
- Les fondamentaux du Coaching
- Les incontournables pour établir une relation de confiance
- Maîtriser les enjeux relationnels
- Décrypter le langage du corps
- Développer une communication efficace
- Devenir un expert des questions ciblées
- Le déroulement de la première séance
- De l'analyse de la demande à la détermination de l'objectif
- Structurer l'ensemble de vos séances
- Accompagner le changement
- Comprendre les freins au changement
- Se reprogrammer positivement
- Développer ses ressources
- Connaitre les principes de base du Coaching professionnel
- Pouvoir s'installer professionnelle

MODULE 1

**Présentation des Principes et Fondamentaux des dispositifs
du Coaching**

INTRODUCTION AU COACHING

- Étymologie et Historique du coaching
- Origines, évolution et contexte actuel du coaching
- Epistémologie et légitimité du coaching
- Respect des directives éthiques et des normes professionnelles
- Les différentes orientations du coaching : Life coaching, coaching d'entreprise, coaching d'équipes, coaching thérapeutique
- Les grands domaines d'intervention du coaching
- Les contre-indications à l'accompagnement en coaching

DÉFINITIONS GÉNÉRALES – CADRE GÉNÉRAL DE FONCTIONNEMENT

- Coaching et approches humanistes
- Coaching et psychothérapie
- Posture du coach, Identité, Responsabilité
- Les compétences clés du coach
- Les savoirs, savoirs-être et savoir-faire du coach
- Rôle et fonctions du coach
- La reconnaissance du coach professionnel
- Les dangers et les abus du coaching

COACHING ET RELATION D'AIDE

- Les fondamentaux de la conduite effective d'un entretien de coaching
- Les clefs pour établir une bonne relation de coaching
- La psychologie relationnelle du coach : présence et rayonnement
- L'approche collaborative du coaching
- Comprendre les fondements universels de la souffrance humaine
- Cerner la vraie demande du coaché - Jeux et enjeux
- Analyse systémique de l'environnement du coaché
- Définir l'objectif du contrat de coaching
- Fixer le cadre de la relation de coaching
- Établir le contrat de coaching : commercialisation de la prestation de coaching
- Méthodologie et exercices pratiques du premier entretien de coaching

LES OUTILS BASIQUES DU COACH – ART ET MAÎTRISE DU QUESTIONNEMENT

- Les triangles fondamentaux du questionnement en coaching
- Les filtres du fonctionnement humain : le méta modèle
- La boussole du langage
- L'écoute active et la reformulation
- Le feed-back

MODULE 2

Fondamentaux des techniques d'entretien et d'intervention

TECHNIQUES D'INTERVENTION ET DE CLARIFICATION

- Identifier les stratégies d'apprentissage
- La confrontation positive
- Éliminer les freins à l'apprentissage
- Débriefing et dynamique de coaching
- Définir un objectif SMART
- La stratégie pour atteindre l'objectif
- Les stratégies de sabotage
- La gestion du temps et système d'organisation efficace
- Les pièges à éviter
- Le plan d'action
- Transformer un objectif en challenge
- Notion de projet de vie et de mission de vie

TECHNIQUES DE QUESTIONNEMENT POUR AMENER À LA PRISE DE CONSCIENCE

- Savoir mener un entretien de coaching
- Le questionnement du modèle SPIRE
- Le questionnement du modèle 5 S
- Les bases de la relation psychologique
- L'ontogénèse de l'appareil psychique
- Conscient - préconscient - inconscient
- Le Ça, le Moi, le Surmoi
- L'héritage de Freud
- Le psychisme humain selon Jung
- Les étapes du développement psychique
- Le complexe d'Œdipe ou d'Électre
- La perte du soi
- Définition de l'ombre
- Projections, affects, filtres et interprétations
- Transferts et contre transferts
- Les mécanismes de défense
- Les principaux troubles psychologiques
- Les 5 blessures fondamentales
- Les messages contraignants (drivers)
- Les jeux psychologiques : Le triangle de Karpman
- Stratégies pour connaître et réintégrer son ombre
- Les troubles de la personnalité et personnalités difficiles
- La restructuration cognitive grâce au coaching



- Fiches pratiques d'entretien et d'évaluation, boîte à outils
- Mises en pratique et trainings

LE COACHING DU SYSTÈME DE CROYANCES

- Epistémologie et biologie des croyances
- Maintien et renforcement du système de croyance
- Croyances, rationalisation, idéologie, phénoménologie
- Libération des croyances négatives inconscientes
- Sortir du conditionnement et du passé
- Identification et modification du système de croyances
- Renforcement des croyances ressources
- Découvrir la réalité objective
- Sortir du système de pensées automatiques
- Le pouvoir des affirmations

LE COACHING DE L'EGO

- Identifier les mécanismes de l'égo
- Se libérer de l'égo
- Identifier les zones erronées
- De l'égo à la conscience du Soi

MATIÈRE ET ÉNERGIE : QU'EST-CE QUE LA RÉALITÉ ?

- Le domaine physique
- Le domaine quantique
- Le domaine non localisé : l'esprit universel
- Les mécanismes de perception de la réalité
- Les niveaux de consciences
- Supra conscient - conscient - subconscient
- Les dernières découvertes sur les différents cerveaux
- L'influence de la perception et des champs morphique



- Fiches pratiques d'entretien et d'évaluation, boîte à outils
- Mises en pratique et trainings

MODULE 4

Processus de construction identitaire

LE COACHING DE L'ESTIME DE SOI

- L'analyse transactionnelle : Les 3 états du moi
- Vérification de l'équilibre des 7 piliers de vie
- Définition de l'estime de soi et de la confiance en soi
- Les différents types d'estime de soi
- La construction de l'estime de soi
- Les fondements et l'équilibre de l'estime de soi
- Les piliers de l'estime de soi
- Les nourritures de l'estime de soi
- Les Clefs de l'estime de soi
- Renforcer la confiance en soi
- Techniques d'évaluation et de développement de l'estime de soi et de la confiance en soi
- Les maladies et les troubles liés à un manque d'estime de soi
- Développer son estime de soi

LE COACHING DE L'INTELLIGENCE RELATIONNELLE

- Les fondements de la communication authentique et non violente
- Jeux et transactions
- La communication authentique
- Règle d'hygiène relationnelle
- Principes de base de l'écologie relationnelle
- Les entraves à la communication
- Les outils d'une communication relationnelle efficace et non violente



- Fiches pratiques d'entretien et d'évaluation, boîte à outils
- Mises en pratique et trainings

MODULE 5

Le coaching de l'intelligence émotionnelle, intelligence du cœur et gestion du stress

LE COACHING DES ÉMOTIONS

- Les émotions naturelles
- Les états d'âmes
- Les 4 émotions de bases
- La science des émotions
- Les principaux modèles et glossaire des émotions
- Les bases biologiques et fonctionnelles du cerveau des émotions
- Le décodage émotionnel
- Échelle des émotions
- Savoir utiliser l'intelligence émotionnelle
- Se libérer des émotions négatives
- Les étapes du deuil
- Les stratégies de régulation et d'alignement émotionnel
- Les dernières découvertes scientifiques (liaison cœur/cerveau)
- Les découvertes en neurosciences des 5 Cerveaux
- Les stratégies du bonheur

LE COACHING RELATIONNEL ET INTELLIGENCE COLLECTIVE

- La gestion des conflits
- Technique de résolution de problèmes
- Technique de gestion des conflits



- Fiches pratiques d'entretien et d'évaluation, boîte à outils
- Mises en pratique et trainings

LE COACHING DES ÉMOTIONS

- Définition du stress et de l'anxiété
- Le coaching du stress et de l'anxiété
- Les mécanismes du stress et du burn out
- Identifier les différentes phases du stress
- Les maladies liées au stress et à l'anxiété
- Les substances anesthésiantes face au stress et à l'anxiété
- Sortir de la souffrance psychologique et physique : Trucs et astuces anti-stress
- Mieux gérer le stress, l'anxiété et la douleur par de nouvelles techniques et outils : Rééquilibration émotionnelle par la cohérence cardiaque, le mindfulness...

MODULE 7

Le coaching d'accompagnement au changement

- Comprendre les différents cycles de vie
- Les cycles de changement et d'évolution
- Accompagner les cycles du changement
- La théorie des cycles du changement appliquée au coaching
- Les 6 pôles d'énergie d'Hudson
- Les étapes nécessaires à la réussite
- Les niveaux logiques
- Les mécanismes de la motivation
- Générer la motivation dans l'accompagnement en coaching



- Fiches pratiques d'entretien et d'évaluation, boîte à outils
- Mises en pratique et trainings

MODULE 8

Les bases du coaching d'entreprise et du Manager

- Les différentes visions, dimensions et variables du management
- Type de Leadership
- Représentation et fonction
- Liste des besoins de coaching les plus courants pour les fonctions de management : Pour un cadre, pour un encadrant, pour un leader et pour un dirigeant.
- Le contrat tripartite : demande, objectif et acteurs concernés



- Fiches pratiques d'entretien et d'évaluation, boîte à outils
- Mises en pratique et trainings

LES BASES DU COACHING D'ÉQUIPE

- La spécificité du Coach auprès des équipes
- Posture, rôles et identité
- Diagnostiquer le fonctionnement d'une équipe
- Les stades de développement d'une équipe
- La cohésion d'équipe
- Manager la réussite des équipes
- L'intelligence collective au service des équipes performantes



- Fiches pratiques d'entretien et d'évaluation, boîte à outils
- Mises en pratique et trainings

MODULE 9

Examen oral et Soutenance du Mémoire

LE COACHING DE LA RÉUSSITE

- Découvrir les nouveaux paradigmes des neurosciences et de la physique quantique sur la réussite et les sciences de la santé
- Maîtriser le coaching de la réussite et du succès
- Programmer son cerveau à réussir par la maîtrise émotionnelle
- Utiliser la force de l'intention pour optimiser ses performances
- S'approprier le cycle dynamique de la réussite



- Fiches pratiques d'entretien et d'évaluation, boîte à outils
- Mises en pratique et trainings
- Suivi et Accompagnement du projet professionnel par un coach expert et supervision

CYCLE DE CERTIFICATION DE COACH
PROFESSIONNEL(LE) & PERSONNEL(LE)



CYCLE DE CERTIFICATION 2024

COACH PROFESSIONNEL(LE) PERSONNEL(LE)



+212 667 552 095



info@ici-keepzen.com



Boulevard Abserrahman El Youssefi
Castilla Business Center 1 étage 2 N° 10
Tanger, Maroc



icikeepzen



icikeepzen

www.ici-keepzen.com



ACCREDITÉ PAR
International
Coaching
Federation

International Institute Of Coaching - KeepZen est une marque enregistrée & déposée