



# FORMATION COACHING CO-ACTIF

---

# Le programme de coaching Co-Actif

Le parcours pour devenir coach commence par les Fondamentaux Co-Actifs, est suivi par la Formation Co-Active pour les Coachs (Épanouissement, Équilibre, Process, Synergie), et se termine par la Certification Co-Active pour les Coachs Professionnels.



# Séquence 1

---

## Principes fondamentaux du coaching Co-Actif

### **PRÉREQUIS: AUCUN**

"Les Fondamentaux du Coaching Co-Actif" est l'introduction au modèle Co-Actif et le premier cours du programme de formation et de certification des coachs Co-Actifs. En mettant l'accent sur la participation expérimentale, vous aurez de nombreuses occasions de coacher et de recevoir un feedback sur vos compétences nouvellement acquises. Ce cours peut être suivi de manière autonome et est recommandé à toute personne recherchant des systèmes pratiques pour gérer les relations avec les autres, même si votre objectif n'est pas de devenir un coach professionnel.

# Ce que vous apprendrez

---

## **Le modèle Co-Actif**

La puissance du modèle Co-Actif et son fonctionnement.

## **Style de communication**

Comment utiliser le modèle coactif pour améliorer votre approche personnelle de la communication.

## **Distinction du coaching**

La différence entre le coaching, le mentorat et le leadership traditionnel.

## **Alliances**

Comment concevoir des alliances efficaces avec d'autres personnes pour minimiser les erreurs de communication et aligner les attentes.

# Ce que vous apprendrez

---

## **3 niveaux d'écoute**

Comment utiliser les trois niveaux d'écoute — interne, ciblée et globale — pour approfondir vos relations.

## **Coaching de l'agilité**

La communication, l'agilité et les capacités émotionnelles nécessaires pour aider les autres à voir leur propre potentiel de leader.

## **Questions essentielles**

Comment utiliser des questions puissantes dans les conversations de coaching pour identifier avec précision ce qui compte vraiment.

## **Utilité du coaching**

Comment plus de 65 000 coachs et dirigeants utilisent le coaching Co-Actif pour être plus conscients, connectés, créatifs et performants.

# Séquence 2

---

## Formation des coachs

### **PRÉREQUIS: PRINCIPES FONDAMENTAUX DU COACHING CO-ACTIVE**

La formation Co-Active Coach s'appuie sur l'apprentissage des Fondamentaux Co-Active avec une série de cours qui explorent les principes essentiels du coaching : Accomplissement, équilibre, processus et synergie. Ce niveau de formation immersif favorise un développement expansif, tant au niveau personnel que professionnel. Vous établirez un cadre de travail fiable pour le coaching et acquerrez des compétences en matière de coaching Co-Actif, l'une des compétences de leadership les plus demandées et qui connaît la plus forte croissance.

# Épanouissement Co-Actif

---

## **PRÉREQUIS : PRINCIPES FONDAMENTAUX CO-ACTIF DU COACHING**

Ce cours vous permettra de développer vos compétences en aidant vos clients à découvrir leurs valeurs uniques, à identifier les influences qui les détruisent et à créer leur vision individuelle d'un avenir fascinant et d'une vie épanouie. Le coaching d'épanouissement consiste à faciliter les opportunités pour les autres de créer des vies centrées sur ce qui les fait se sentir vivants.

- **Identification des valeurs** : Comment aider les clients à identifier leurs valeurs uniques et à évaluer leur satisfaction à vivre ces valeurs.
- **Plage d'accès** : Comment utiliser un modèle de dialogue intérieur pour aider les clients à accéder à toute la gamme de leurs capacités et de leurs pouvoirs ?
- **Dépasser les limites** : Comment aider les clients à identifier et à se défaire des règles préconçues, des limitations et des influences autodestructrices.
- **Créez de la satisfaction** : Apprenez à utiliser des outils et des méthodes de coaching exclusifs pour créer l'épanouissement. Les concepts abordent le but de la vie, le leader intérieur et l'identification des alliés et des saboteurs.

# Équilibre Co-Actif

---

## **PRÉREQUIS: ÉPANOUISSEMENT CO-ACTIF**

Dans ce cours, les coachs apprennent à aider leurs clients à développer de nouvelles perspectives et à créer un plan d'action fondé sur l'engagement envers ce qui a le plus de sens. Les gens disent toujours qu'ils veulent plus d'équilibre dans leur vie. Ce qu'ils veulent généralement, c'est avoir le sentiment de choisir leur vie, et pas seulement d'y réagir.

- **« Réactivité »** : Comment aider les gens à faire des choix à partir d'un lieu de flux et d'alignement, plutôt que de réagir dans l'urgence.
- **Construction de perspectives** : Comment aider vos clients à réaliser de nombreuses nouvelles perspectives.
- **Action de transfert** : Le processus en 5 étapes pour passer du sentiment d'impasse à l'acceptation des possibilités et à l'action.
- **Le pouvoir du choix** : Comment apprendre aux clients à faire des choix conscients plutôt que de se laisser contrôler par les circonstances?
- **L'affirmation de soi** : Comment coacher les clients pour qu'ils créent une stratégie d'action passionnante, affirmant leur vie, qui découle de la perspective qu'ils ont choisie, et pour qu'ils fassent leur choix le plus résonnant.



## Process Co-Actif

---

### **PRÉREQUIS : ÉQUILIBRE CO-ACTIF**

Alors qu'une grande partie du coaching se concentre sur l'avancement, le coaching de processus se concentre sur l'expérience interne, sur ce qui se passe dans le moment présent. Vous apprendrez à aider vos clients à résoudre des problèmes à forte charge émotionnelle. Vous les aiderez à comprendre que, bien que désagréables, le chaos, la confusion et l'inertie sont des éléments essentiels pour aller de l'avant dans la vie.

- **Coaching expérientiel** : Comment engager les compétences de coaching du processus, afin que les clients "vivent" (au-delà de la parole) ce qui existe spécifiquement pour eux.
- **Présence & Flexibilité** : Comment développer votre propre capacité à rester présent dans les situations difficiles.
- **Individuation** : Comment être simplement avec l'autre personne : pleinement engagé, attentif et ouvert.
- **Fluidité** : Comment se déplacer avec fluidité entre les principes du coaching coactif et les intégrer : épanouissement, équilibre et processus.
- **La nature du processus** : Comment la distance la plus courte entre ici et là n'est pas toujours une ligne droite.
- **Une écoute active** : Comment être simplement avec l'autre personne, pleinement engagée, attentive et ouverte.

# Synergie Co-Actif

---

## PRÉREQUIS: PROCESSUS CO-ACTIF

La Synergie intègre la gamme complète des compétences de coaching apprises dans les cours précédents, afin que vous puissiez porter votre coaching Co-Actif à un niveau supérieur de professionnalisme et d'impact. Avec la Synergie, vous pouvez vous concentrer sur votre client et être sûr que vous savez déjà, au fond, quelle est la direction à prendre. Le coaching à partir de cet endroit vous permet de puiser dans votre intuition, de sorte que vous pouvez coacher avec plus de flexibilité, de facilité et de confiance.

- **Cadre du coaching** : Construire un cadre de coaching et apprendre à articuler et à exploiter les principes, contextes, pierres angulaires et compétences du coaching coactif.
- **La confiance en la créativité** : Comment intégrer votre propre créativité et vos capacités avec ce que vous avez appris dans les cours Co-Active précédents.
- **Impact ciblé** : Comment cultiver la profondeur et le courage pour accroître votre impact.
- **Libérer son intuition** : Comment acquérir la confiance nécessaire pour vous fier à votre intuition et à votre pouvoir pour créer des interactions "dans l'instant", plutôt que de rester coincé dans des techniques ou des règles préconçues.
- **L'interaction générative** : Comment générer des interactions de coaching qui soient dynamiques et vivantes.

# Séquence 3

## Certification de Coach Professionnel



CPCC COACH PROFESSIONNEL Co-Actif certifiée

### **PRÉREQUIS: PRINCIPES FONDAMENTAUX DU COACHING CO-ACTIF + FORMATION DE COACH (LES 4 COURS)**

Une fois que vous avez terminé les Fondamentaux Co-Actifs et la Formation de Coach (Etapas 1 et 2), vous êtes éligible pour continuer vers la Certification de Coach Co-Actif Professionnel (Etape 3). Il s'agit d'un programme virtuel (en ligne) avec la même cohorte d'étudiants pendant 6 mois. Les sessions se déroulent une fois par semaine. Pendant cette période, vous allez approfondir votre maîtrise du coaching, développer votre activité de coaching et vous préparer à obtenir le titre de Certifié Professionnel Co-Active Coach (CPCC), l'une des certifications les plus respectées et les plus recherchées dans le secteur du coaching. Une supervision et un retour d'information personnels vous aideront à affiner vos compétences en matière de coaching tout en construisant votre liste de clients au cours de votre formation d'accréditation.

# Ce que vous apprendrez

---

## **Supervision personnelle & Feedback**

Pour devenir un grand coach, vous devez vous entraîner. Dans ce programme, vous ferez l'expérience d'une pratique approfondie du coaching grâce à un programme rigoureux de formation, de supervision, d'évaluation et de retour d'information de niveau avancé.

## **Accréditation de l'ICF**

Recevez un titre professionnel délivré par le programme de formation de coachs le plus rigoureux et le plus respecté au monde, accrédité par l'ICF.

## **Statut ACC**

À l'issue du programme, les diplômés auront déjà effectué les heures de formation et de coaching nécessaires pour demander le titre d'Associate Certified Coach (ACC) de l'ICF.

## **Supervision en tête-à-tête**

Recevez une supervision en tête-à-tête de vos appels clients avec le retour d'un coach mentor expérimenté de la faculté pour développer vos compétences en coaching et approfondir votre compréhension du modèle Co-Active.

# Ce que vous apprendrez

---

## **Compétence & Maîtrise**

Développez vos compétences et votre maîtrise du coaching par la modélisation, la pratique, le retour d'information, l'ajustement et encore la pratique.

## **Développez votre activité**

Développez des relations plus enrichissantes, plus longues et plus fructueuses avec vos clients grâce aux compétences que vous avez acquises, tout en renforçant votre confiance et votre authenticité dans l'utilisation de ces compétences. Grâce à ce processus vous commencerez à construire votre propre pratique du coaching...

## **Démonstrations en direct**

Participez à des démonstrations de coaching en direct, créées par les fondateurs et les professeurs du Co-Active Training Institute qui ont contribué à créer les normes du secteur du coaching.

## **Réseau professionnel**

Faites partie d'un puissant réseau de collègues professionnels, votre communauté de coachs Co-Active Professionnels Certifiés.