

Tarif  
3500 €

Durée  
15 jours (105h)

Effectif  
6 à 12 personnes

Lieu de formation  
Montpellier

Le coaching a pour but d'aider à maîtriser les dynamiques du fonctionnement personnel lors de la confrontation quotidienne pour réaliser des choix justes, pour gérer des relations, pour résoudre des problèmes.

Les difficultés de ce quotidien parfois complexe sont dues à la faiblesse des modèles de représentation et à l'inadéquation des techniques de résolution utilisées considérant l'impossibilité de maîtriser « le facteur humain », présenté comme éminemment aléatoire.

Or la démarche de coaching, à l'aide d'un cadre méthodologique, permet la prise de conscience et le développement des capacités individuelles à rationaliser, objectiver, apporter des solutions dans l'immédiateté de l'action comme dans le temps de préparation d'un événement.

- Elle apprend que **Le comportement humain est tout sauf aléatoire ; tout homme suit une logique d'action, qu'il est possible de décrire, comprendre, anticiper et animer.**
- Elle renforce **les processus de décision spécifiques à chaque individu afin qu'il puisse se les approprier, et envisager de nouvelles manières d'agir.**

### OBJECTIF

Donner au coach la faculté de développer, chez celui qu'il coach, les compétences à prendre des décisions ajustées dans l'immédiateté du temps de l'action

Donner au coach la faculté de développer, chez celui qu'il coach, les compétences de concevoir une stratégie ajustée à la situation, de prévoir tous les risques associés et d'anticiper les modes de régulation en fonction des éléments singuliers présents au moment de la mise en œuvre.

Donner au coach la faculté de changer d'attitude : de passer du conseil, de proposer des consignes lors de l'accompagnement pour mettre en œuvre les techniques de représentation ce qui s'est passé « réellement », les techniques qui aident à se voir agir au cours d'une séquence d'actions et donc à modifier ses décisions dans le moment même de l'action.

### ETRE CAPABLE DE

- Accompagner les « coachés » vers une plus grande et une meilleure performance globale
- Aider à formaliser un projet d'intervention avec une analyse de risques exhaustive associant les paradigmes ajustés.
- Eviter les « conseils dogmatiques » constituant des informations externes parasitant la prise de décision dans l'action.
- Renforcer et d'augmenter les capacités « à voir » la situation d'action et de se voir dans la situation
- Aider à renforcer et augmenter la perception prises en compte dans les micros actions ainsi que les enjeux distingués et hiérarchisés permettant d'ajuster à tout instant les actions afin de s'adapter aux évolutions de la situation.
- Maîtriser l'explicitation des micros processus décisionnels

### METHODES ET MOYENS PEDAGOGIQUES

- Apports théoriques
- Mises en situation et jeux de rôle
- Exercices individuels et en sous-groupe

### MATERIELS

- Salle de travail avec vidéo projecteur
- Support de cours
- Kit pédagogique

### PUBLIC

Manager et Coach

### PREREQUIS

Expérience managériale de conduite d'équipe et/ou de renforcement des compétences professionnelles

### VALIDATION

Attestation de présence à la formation  
Certification de formation

### INTERVENANT FORMATEUR

Coach sénior confirmé habilité UniMan

## PROGRAMME

### **Première étape : La compétence globale**

Exposé de la compétence globale professionnelle comparaison avec la compétence sportive

- L'équilibre des différentes formes d'énergies : la particularité de récupération d'énergie somatique
- Les facteurs de la compétence technique : la maîtrise de l'art
- La prise de décision sa fonction dans l'accroissement de la performance.

**Méthode** : Récupération des connaissances des participants

- suivi d'une analyse des expériences de chacun
- suivi d'un exposé théorique expliquant les fonctions des trois dimensions de la compétence globale et de l'importance de la troisième.

### **Deuxième étape : L'apprentissage et Les champs habituels d'apprentissage**

- La science du corps
- La maîtrise de la technique
- La mise en place des stratégies d'actions

### **Les fonctions des formes habituelles des méthodes d'apprentissage**

- L'explication,
- L'exercice de répétition
- La correction externe
- Les conseils
- La fonction de la schématisation des situations

**Méthode** : Récupération des connaissances des participants

- suivi d'une analyse des expériences de chacun
- suivi d'un exposé théorique expliquant les causes des différents effets d'apprentissage.

### **Troisième étape : l'explicitation du micro processus décisionnel**

- Connaissance du fonctionnement du potentiel d'action
- La fonction de la décision action dans la performance sportive
- Le développement et le renforcement de la capacité d'action

Exposé de séances de conduite d'équipe ou de renforcement des compétences professionnelles de collaborateur ou de professionnels

- suivi d'une analyse des effets de la découverte de la prise en compte des 4 éléments propres à la situation et des 3 enjeux discernés et hiérarchisés
- suivi d'un exposé théorique expliquant les causes et le pourquoi de ces effets avec le lien qu'il existe avec le développement et le renforcement des compétences professionnelles.