

TrainCoaching Individuel en Entreprise

OBJECTIFS

Le TrainCoaching est une nouvelle approche plébiscitée par les entreprises et leurs collaborateurs.

C'est un accompagnement sur mesure mixant de la formation et du coaching de façon interactive.

OUTILS :

Exercices spécifiques au coaching, exercices de PNL, Analyse transactionnelle, MBTI®, roue de Jung par les couleurs, Formations sur mesure.

MOYENS PEDAGOGIQUES TECHNIQUES ET ENCADREMENT

Training : Formation avec entraînement +Coaching : Accompagnement Individuel sur mesure.

- Exposés théoriques,
- Exercices pratiques.
- Etudes de cas et mises en situation.

MODALITES D'EVALUATION

Le participant sera évalué lors des mises en situations et s'auto évaluera entre deux séances pour diagnostiquer ses besoins et sa progression.

DEROULEMENT

Durée des séances : Les séances sont d'1h30.

Fréquence: Les séances de TrainCoaching individuel sont espacées de 1 à 2 semaines. (Modulable selon les besoins).

Nombre : entre 5 et 10 séances.

PUBLICS VISES ET PREREQUIS

Publics visés : toutes personnes ayant une problématique spécifique à régler, un objectif de développement à atteindre ayant un lien avec la communication, le management ou la relation client.

Pré requis : aucun.

CONTENU : "Un Exemple de TrainCoaching" :

1. Contextes et besoins identifiés :

Jeune expert-comptable "Haut Potentiel " ayant des difficultés de prise de parole et de présentation en public.

2. Méthodologie de mise en œuvre :

- Rencontre préalable avec le bénéficiaire du **coaching**.
- Accord du bénéficiaire du coaching et adhésion à la démarche.
- Accompagnement personnel (formation ou exercices pratiques).
- Création d'un plan d'actions adapté à la problématique spécifique du bénéficiaire du coaching.

Le coach s'engage à accompagner le bénéficiaire vers son objectif, en mettant en œuvre les techniques de Formation et les Outils du Coaching, pour lesquels **il a été formé et certifié**.

Le TrainCoaching se réalise en 4 étapes :

- **Première phase:** Aider le "coaché" à comprendre où il en est aujourd'hui.

- **Deuxième phase :** Aider le "coaché" à déterminer son objectif qui peut être qualitatif et/ou quantitatif.

- **Troisième phase :** Identifier les raisons pour lesquelles l'objectif n'est pas atteint aujourd'hui (motivation, croyances, peurs, besoin de formation pour répondre à un manque de savoir, etc.).

- **Quatrième phase :** Identifier les points qui ont empêché jusqu'à aujourd'hui d'atteindre l'objectif visé et définir un plan d'action personnalisé (actions de formation + training et préparation d'actions concrètes.).

Durée des séances : - Les séances sont d'1h30.

Fréquence : - Les séances de TrainCoaching individuel sont espacées de 1 à 2 semaines. (Modulable selon les besoins).

Nombre : 5 séances ont été nécessaires.

Outils utilisés : Découverte de sa personnalité à l'aide du MBTI®, formation à la communication par les couleurs pour mieux s'adapter à son auditoire, exercices de PNL et de communication non violente, exercices et méthodes spécifiques au Coaching pour lever les freins et construire son plan d'action, travail de construction d'un PowerPoint et training de présentation.