RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
Liberté Égalité Fraternité

DABM
GIP FCIP
ACADÉMIE DE CRÉTEIL

RH : COACHING PROFESSIONNEL

PUBLIC VISÉ

Tout public

DUREE

Durée moyenne : contenus et durées individualisés.

Durée de formation : 15 heures

Durée hebdomadaire moyenne : 2h / semaine

DATES PREVISIONNELLES

Session ouverte toute l'année.

LIEUX DE FORMATION

DABM

Torcy

1, promenade du Belvédère

77200 Torcy

Site accessible aux personnes en situation de handicap

CONTACT

DABM

Catherine Morillon

Tél : 06 14 39 82 90

dabm@ac-creteil.fr

Référent handicap :

Catherine Morillon

Consulter notre Politique Handicap

TARIFS

Prix tarif public maximum :
Forfait parcours mixte :
200,00 €.

Organisme non soumis à la TVA.

Voir nos conditions générales de ventes

CODES

NSF : 410

Formacode : 15066

Code Rome : K2111

OBJECTIFS

- Accompagner un collaborateur dans la définition et l'atteinte de son objectif pour optimiser sa performance au travail;
- aider la personne à mieux se connaître et à mobiliser ses propres ressources pour atteindre son objectif;
- renforcer sa confiance en soi, se remotiver, savoir dire non, améliorer sa posture, communiquer efficacement;
- mieux gérer son temps, mieux gérer le stress;

Améliorer ses relations interpersonnelles.

PRE-REQUIS

Niveau d'entrée : sans niveau spécifique

MODALITES D'ADMISSION ET DE RECRUTEMENT

Contactez le DABM pour une étude personnalisée de votre demande et la prise de rendez-vous.

MODALITES PEDAGOGIQUES

8 à 10 entretiens d'environ 1h30 sur une période de 2 à 5 mois s'appuyant sur un questionnement adapté et divers exercices (pensée positive, visualisation, domaines de vie, roue des valeurs, ancrage, zéro parasitage, etc.).
Les équipes s'engagent à respecter scrupuleusement la déontologie liée à ce type de prestations (le consentement du bénéficiaire et le respect de la vie privée et le secret professionnel).
Cours du jour
Cours du soir
Week-end
Formation individualisée mixte : cours en présentiel, activités en ligne tutorées (FAD), accompagnement personnalisé.
https://www.forpro-creteil.org/upload/files/FAD_SITE.pdf

CONTENUS

ETAPE 1:
- Présentation du coaching, explication des règles de déontologie, étude de la demande préalable.

ETAPE 2:
- Exploration approfondie de la situation actuelle : ce qui convient / ce qui ne convient pas, travail sur les valeurs, les besoins, les limites, les croyances, les peurs.

ETAPE 3:
- Projection dans le futur : visualisation de l'état désiré.

ETAPE 4:
- Détermination de l'objectif : validation de l'objectif en 9 points : personnel, simple, réaliste, ambitieux, mesurable, écologique, daté, écrit, contractuel.

ETAPE 5:
- Détermination des points de blocages et stratégie pour les contourner voire les éliminer.

ETAPE 6:
- Elaboration d'un plan d'actions.

VALIDATION

- Rapport individualisé niveau : sans

SUITE DE PARCOURS ET DEBOUCHES

Bilan de compétences, VAE et formation professionnalisante ou de développement personnel.