

# PRESENCE COACHING

## CERTIFICATION DE COACH PROFESSIONNEL

**Code RNCP : 34508**

<https://www.francecompetences.fr/recherche/rncp/34508/>

### PARCOURS DE LA FORMATION

**237 heures dont 22 jours en présentiel et 1 jour en certification**



**ESPACE TRANSITIONS SARL AFORGECE est partenaire de l'EMCC pour la certification**

## PRÉSENCE COACHING - Formation au métier de coach professionnel

### L'ENTREPRISE

**ENTREPRISE** : Espace Transitions -SARL AFORGECE  
**Forme juridique** : SARL  
**Adresse** : 5 rue Marie de Lorraine 37700 LA VILLE AUX DAMES  
**N° d'existence** : 243703195 37  
**N° de Siret** : 798 218 210 000 10  
**Gérante** : SERRAULT Sophie  
**Tél. fixe** : 02 47 92 21 41  
**Mail** : [contact@espacetransitions.com](mailto:contact@espacetransitions.com)  
**Site** : [www.espacetransitions.com](http://www.espacetransitions.com)

### LA RECONNAISSANCE PROFESSIONNELLE

La formation PRESENCE COACHING prépare au titre de « coach professionnel », Certification inscrite au Répertoire National des Certifications Professionnelles (RNCP) niveau 6.

Elle est éligible au CPF - Compte Personnel de Formation.

La certification permet de postuler pour une accréditation auprès des Fédérations Françaises de coaching telles que EMCC, SF Coach et ICF.

### Les 8 catégories de compétences reconnues par l'EMCC Association Européenne de Coaching

#### **1. Conscience de soi**

Démontre la conscience de ses propres valeurs, croyances et comportements, reconnaît leur influence sur sa pratique et utilise cette conscience pour gérer leurs impacts dans la rencontre client et, quand approprié, avec les objectifs du commanditaire.

#### **2. Engagement de développement personnel**

Explore et améliore sans cesse ses standards de pratique et maintient la réputation de la profession.

#### **3. Gestion du contrat**

Etablit et gère les attentes et les limites du contrat de coaching avec le client et, quand approprié, avec le commanditaire.

#### **4. Construction de la relation d'accompagnement**

Construit et gère avec talent une relation de confiance porteuse de développement pour le client en collaboration, quand applicable, avec le commanditaire.

#### **5. Permettre prises de conscience et apprentissage**

Travaille avec client et commanditaire pour faire émerger prises de conscience et apprentissages.

#### **6. Résultat et orientation vers l'action**

Démontre approche et usage de ses capacités/compétences pour aider le client à faire les changements désirés.

#### **7. Utilisation de modèles et techniques**

Utilise modèles, outils, techniques et idées allant au-delà de simples dons de communication pour faire émerger prises de conscience et apprentissages.

#### **8. Évaluation**

Rassemble des éléments sur l'efficacité de sa pratique et contribue à établir une culture d'évaluation des résultats.

## LE PUBLIC DE LA FORMATION

La formation est ouverte à toute personne qui souhaite

### 1. Se former aux métiers du coaching

- Coach professionnel, coach de vie, exécutive coach...

### 2. Se professionnaliser et acquérir des compétences dans un ou des domaines particuliers de l'accompagnement

- Manager, RH au sein des entreprises : Développer une posture d'accompagnement des collaborateurs, d'accompagnement du changement, une posture de coach en situation managériale.
- Formateurs, experts en cabinets de ressources humaines, conseillers et consultants : qualification professionnelle

Et est accessible aux personnes en situation de handicap.

## LES OBJECTIFS DE LA FORMATION "PRÉSENCE COACHING"

Cette formation s'inscrit dans le cadre de l'élaboration et de la réalisation d'un projet professionnel.

Elle vise à :

### 1. Créer des emplois :

- Création de cabinets de coach en face à face ou en accompagnement collectif et médiation
- Réinsertion des seniors dans la vie professionnelle

### 2. Renforcer la qualification professionnelle en formation continue :

- Des jeunes
- Des formateurs, des experts RH
- Des professionnels qui souhaitent renforcer leurs compétences d'accompagnement

### 3. Professionnaliser :

- Les responsables et les managers au sein des entreprises dans une posture de coach
- Les consultants, les conseillers et les coachs internes
- Les tuteurs et mentors

## LE PARCOURS " PRÉSENCE COACHING "

### Formation au métier de coach professionnel

Ce parcours forme au métier de coach professionnel. Il est validé par une certification RNCP.

Chaque module peut être suivi séparément de façon indépendante.

Chaque postulant élabore ses motivations et son projet professionnel. L'inscription est validée après un entretien préalable au cours duquel les motivations sont étudiées et les participants déterminent leur parcours de formation en accord avec la responsable pédagogique.

## Finalités

- **La présence** à soi et à l'autre est le fondement du processus d'accompagnement. Les participants sont invités à développer en eux un espace qui met l'accent sur l'unicité de la personne par l'harmonisation de ses 3 dimensions : le corps, l'émotion, l'esprit. Dans cet espace se développe la présence.
- Les participants se familiarisent avec une **nouvelle manière d'être**. Les qualités humaines peuvent être délibérément cultivées par un entraînement visant à réduire les résistances et à révéler "qui je suis".
- Tout au long de la formation, ils traversent les étapes qui conduisent à **progresser en conscience**. Ce cheminement se transfère et l'accompagnant devient l'outil d'où émerge la croissance des clients.
- Le coaching se définit comme une **relation d'accompagnement** qui permet à la personne d'atteindre ses objectifs dans sa vie professionnelle et personnelle par le développement de ses potentiels et de son savoir-faire. Nous cheminons ensemble... de l'apprentissage des outils de base du coaching vers l'expérience de la présence qui libère les ressources de la personne accompagnée.

## PRÉ-REQUIS

1. Justifier d'un diplôme de niveau 5.
2. Pour se présenter à la certification, les participants effectuent un travail de développement personnel et de coaching individuel
3. Etre en capacité d'écrire un mémoire sur l'analyse de sa pratique professionnelle.

## CETTE FORMATION S'APPUIE SUR 6 PILIERS

ESPACE TRANSITIONS propose une approche du coaching centrée sur la présence à soi et à l'autre et sur la capacité de chacun d'évoluer en conscience à travers 6 domaines.

### **Pleine Présence**

Nous proposons aux professionnels de l'accompagnement de vivre l'expérience de l'écoute profonde de soi et des autres à travers la centration, la relaxation, la méditation, le ressenti corporel et émotionnel.

### **Professionalisation et pratique d'accompagnement**

Ce pilier se compose de 2 séminaires pour acquérir la démarche, la méthodologie, les techniques, les outils et la déontologie du coaching. La pratique de missions de coaching et la supervision sur ses pratiques renforcent les savoir-faire et la posture d'accompagnement.

### **Identité et singularité d'accompagnant**

Tout au long du parcours, les stagiaires élaborent leur projet professionnel. Ils révèlent ainsi leur singularité d'accompagnant et identifient les secteurs d'activité qu'ils privilégient.

### **Approche sensorielle**

L'approche sensorielle vise à remettre en circulation le sentir du corps en permettant de dissoudre les nœuds pour rétablir la fluidité des émotions.

### **Leadership**

Les principes des arts martiaux, des techniques de visualisation, de centrage et de « contenance » dans la relation sont autant d'expérimentation pour s'aligner dans sa posture d'accompagnement, renforcer ses capacités de leadership et sa puissance personnelle.

### **Créativité et agilité**

Laisser émerger créativité et agilité de l'esprit comme ressources et options dans la relation d'accompagnement.

## LA DÉMARCHE PÉDAGOGIQUE

Cette formation expérientielle permet aux participants de vivre leur chemin d'évolution vers leur identité de coach. La pédagogie alterne apports théoriques et exercices d'intégration (études de cas, jeux de rôles, entraînements, ateliers), conduite de 2 accompagnements, co-coaching, supervision, échanges d'expériences, pratique de l'écoute profonde, de la méditation et de l'approche sensorielle.

Tout au long de la formation, les participants élaborent leur projet professionnel, qui sera comme le fil conducteur de l'émergence de leur singularité pour leur métier de coach professionnel.

## LE LIEU

- La formation se déroule à l'espace Mota-Coworking à Bordeaux.
- Les épreuves de la certification se déroulent à Bordeaux.

## ANIMATION DE LA FORMATION

Cette formation est animée par (susceptible de changement) :

- **Agathe FERASSON**, directrice-adjointe d'Espace Transitions et responsable pédagogique de la formation.
- **Emilie CLEACH**, coach professionnelle, formatrice et facilitatrice en intelligence créative, membre de l'EMCC.
- **Claire PARLANGE**, coach professionnelle, formatrice en intelligence collective, membre de l'EMCC.
- **Charlotte COURCOUL**, coach professionnelle, spécialiste des approches symboliques, créatives et sensorielles.
- **Jacques DECHANCE**, coach, consultant, thérapeute et auteur d'ouvrages en développement des potentiels.
- **Marie-Thérèse HELARY**, psycho-praticienne relationnelle, formatrice et superviseuse.
- **Luce COLMANT**, coach professionnelle, psycho-praticienne et artiste.
- **Sophie SERRAULT-CHANSON** coach professionnelle, experte comptable spécialiste de la stratégie d'entreprise.
- **Adeline SALVARY**, coach professionnelle, facilitatrice, spécialiste du domaine de la formation.
- **Maud POITEVIN**, superviseur et coach.

## LE DISPOSITIF DE LA FORMATION " PRÉSENCE COACHING "

### 1. FORMATION EN PRESENTIEL

#### Démarche et pratique d'accompagnement : 8 jours

- Initiation à l'accompagnement – 3 jours
- Bases de l'accompagnement – 2 jours
- Supervision – 3 jours

#### Identité et singularité d'accompagnant : 7 jours

- Projet de vie professionnel – 3 jours
- Création d'activité – 2 jours
- Créer et animer une formation – 2 jours

#### Leadership et créativité : 3 jours

#### Approche sensorielle : 3 jours

#### Certification : 1 jour de préparation : 1 jour

#### 1 jour de certification

2. **FEST : Formation En Situation de Travail** : 2 missions de coaching de 16 heures chacune, soit un total de **32h**
3. **PRATIQUE** : 6 séances de co-coaching avec compte-rendu relu par le tuteur, soit un total de **24h**

#### 4. ACCOMPAGNEMENT PEDAGOGIQUE : 20 h

**Tutorat pédagogique : 14 heures + 6 heures d'entretien** avec la responsable pédagogique,

- Un après le démarrage de la formation pour valider le projet de formation.
- Un en cours de formation pour effectuer un bilan de mi-parcours. Points de réflexion sur le déroulement du parcours de formation.
- Un avant la certification pour effectuer un bilan de fin de formation, finaliser les acquis et entériner le suivi.

**DUREE DU PARCOURS DE LA FORMATION : 237 heures** composées de :

- Formation en présentiel : **22 jours** **154 h00 + 7 h** de certification
- FEST - Formation En Situation de Travail 32 heures
- Pratique 24 heures
- Accompagnement pédagogique 20 heures

**CALENDRIER 2021 DE LA FORMATION EN PRESENTIEL : SE REFERER AU DOCUMENT JOINT**

#### TARIFS NETS DE LA FORMATION

	Par jour	Pour 22 jours
<b>Entreprises + 10 salariés</b>	<b>550 €</b>	<b>12 100 €</b>
<b>Collectivités</b>	<b>480 €</b>	<b>10 560 €</b>
<b>Auto-entreprise / association / tpe</b>	<b>420 €</b>	<b>9 240 €</b>
<b>Pôle-Emploi - Individuel</b>	<b>340 €</b>	<b>7 480 €</b>

*Le tarif inclut la formation, la certification, la location de la salle, les collations et les déjeuners*

#### LA PRATIQUE DE LA PLEINE PRÉSENCE

##### L'objectif

Développer sa présence et son unité intérieure, son intelligence émotionnelle, sensorielle et relationnelle.

##### Concrètement

**Dans chaque module de formation**, la pratique et les exercices de méditation et d'harmonisation s'intègrent petit à petit à la pratique d'accompagnement.

##### Finalités

- Développer sa qualité de présence
- Travailler avec l'attention et l'intention favorise la qualité de présence qui éveille perception fine et intuition. De la présence à nous-mêmes émerge un état d'être qui calme notre mental et nos émotions ainsi que ceux d'autrui. La présence s'acquiert par une écoute profonde de soi dans l'ici et le maintenant. Elle s'accompagne par une attitude attentionnée et bienveillante dans nos pensées, nos paroles et nos actes.
- Méditer signifie se familiariser avec une nouvelle manière d'être. Des recherches ont révélé que le cerveau peut être profondément modifié suite à un entraînement de l'esprit. Ces études ont permis de constater des évolutions de traits de caractère, par exemple moins de colère et un renforcement du système immunitaire au bout de 3 mois d'entraînement.

## PROGRAMME DES MODULES ET DE LA CERTIFICATION

### Module : DEMARCHE ET PRATIQUE D'ACCOMPAGNEMENT

**L'objectif :** Acquérir la démarche, la méthodologie, les techniques, les outils et la déontologie du coaching.

**Ce pilier comporte :** 9 journées de formation et 2 missions d'accompagnement

#### Initiation à l'accompagnement : 4 journées, soit 28 heures

- Acquérir la méthodologie de l'entretien d'accompagnement
- Préciser les attitudes de l'accompagnant
- Expérimenter une démarche de présence à soi dans la relation
- Expérimenter divers outils du coaching systémique
- Cheminer vers soi-même et clarifier son engagement dans les métiers d'accompagnement

#### Les bases de l'accompagnement : 2 journées, soit 14 heures

- Acquérir une vision globale et une information de ce qu'est l'Analyse Transactionnelle
- Savoir poser un diagnostic de personnalité et décoder les relations interpersonnelles
- Découvrir à travers les messages contraignants comment sortir du stress et libérer l'énergie créatrice
- Par le dialogue intérieur, stimuler les besoins pour accéder en conscience à une autonomie
- Trouver des leviers pour sortir des relations difficiles.

#### La supervision : 3 journées soit 21 heures

- Etre supervisé(e) sur les 2 missions de coaching
- S'entraîner aux 3 types d'entretiens et aux études de cas
- Approfondir et analyser la relation d'accompagnement en jeu entre le coach et ses clients
- Vérifier l'adéquation entre les objectifs du contrat et les choix méthodologiques proposés à chaque étape
- Evaluer l'accompagnement et en retirer les apprentissages
- Ajuster sa posture de coach
- Respecter le cadre déontologique du métier

#### Chaque participant mène 2 missions d'accompagnement, soit 32 heures

- Mener une recherche active de clients
- Rédiger une proposition d'intervention auprès du client qui se concrétise par un contrat
- Accompagner la personne dans le respect du contrat établi
- Mener une évaluation avec le client à la fin de la mission
- Valider son projet de coach en réalisant des missions significatives

## **Module : IDENTITE ET SINGULARITE D'ACCOMPAGNANT**

**L'objectif : Vivre la transition, laisser s'exprimer son projet de vie, s'éveiller en conscience à sa singularité de coach, s'affirmer dans son projet.**

**Ce pilier comporte : 7 journées de formation**

### **Projet de vie professionnel : 3 journées, soit 21 heures**

- Cheminer vers soi et comprendre "Qui je suis"
- S'aligner dans son projet de vie
- Construire son identité d'accompagnant
- Acquérir les méthodes, étapes et techniques d'accompagnement des transitions de vie

### **Création de son activité : 2 journées, soit 14 heures**

- Créer son activité de coach et en vivre
- Pour les coachs internes, développer son activité de coach au sein de son activité existante

### **Créer et animer une formation : 2 journées, soit 14 heures**

Le coach décline les compétences à atteindre et doit recenser dans son analyse à minima :

- Un objectif pédagogique
- Un programme associé
- Une méthode pédagogique

Permettant au coaché\* de progresser en acquisition de compétences.

## **Module : APPROCHE SENSORIELLE**

**L'objectif : Vivre la transition, laisser s'exprimer son projet de vie, s'éveiller en conscience à sa singularité de coach, s'affirmer dans son projet.**

**Ce pilier comporte : 3 journées de formation soit 21h**

### **Approche sensorielle : 3 journées, soit 21 heures**

- Développez une parole, une pensée connectée au ressenti et à l'émotion
- Osez la traversée des peurs. Permettez au corps de dissoudre les nœuds
- Remettez en circulation le sentir du corps et élargissez la conscience de vous-même et de l'environnement
- Entraînez-vous à transformer les traumatismes en ressources créatrices
- Réconciliez l'intelligence émotionnelle et sensorielle avec l'intelligence de l'esprit.



## **Module : LEADERSHIP ET CREATIVITE**

**L'objectif : S'aligner dans sa posture d'accompagnement, aller vers son équilibre de vie, renforcer son leadership et sa puissance personnelle pour une créativité fertile**

**Ce pilier comporte : 3 journées de formation soit 21h**

### **Leadership et créativité : 3 journées, soit 21 heures**

*Venez expérimenter des approches et ressources que vous pourrez transférer de façon pédagogique à votre propre contexte professionnel*

Qui êtes-vous quand vous coachez ?

- Identifiez votre style de leadership dans votre fonction d'accompagnement
- Expérimentez des pratiques de centrage, d'alignement et de densité personnelle pour un face à face ajusté.
- Découvrez les étapes de la « ceinture noire de confiance en Soi » et cultivez les ressources du leadership.
- Approfondir votre maïeutique basée sur le jeu de la question essentielle.
- Prenez en main des outils créatifs transférables dans votre contexte.
- « Santé vous bien ». L'énergie est en vous, allez vers votre équilibre de vie et devenez « un coach durable ».

## **LA CERTIFICATION**

### **Modalités pour postuler**

#### **1. Pour se présenter à la certification :**

- Un minimum de 22 jours de formation est nécessaire, soit 154 heures,
- Pratique d'accompagnement : 2 missions de coaching soit 32 heures
- 6 séances de co-coaching avec compte-rendu relu par le tuteur, soit 24heures