



LeDôJô

Initiation au Coaching

Centre de développement personnel - professionnel -
systémique et stratégique

Le modèle de coaching du DÔJÔ : « le Renouveau de la Vie Adulte : du Projet Professionnel au Projet de Vie » vous fournit les bases nécessaires pour pratiquer le métier de coach. L'Initiation au Coaching représente la première étape de la formation certifiante du DÔJÔ.

OBJECTIFS

Ce séminaire de deux jours vise à vous faire découvrir le modèle du Coaching du DÔJÔ : «le Renouveau de la Vie Adulte : du Projet Professionnel au Projet de Vie».

Ce modèle propre au coaching et unique en son genre, est en fait composé de deux modèles : un modèle théorique, le Modèle Disciplinaire, Modèle «D», et le Modèle Relationnel ; le Modèle «R».

Au cours de ces deux journées le modèle théorique vous sera présenté afin de vous permettre de reconnaître les «cartes» qui le constituent et d'apprécier leur intérêt dans une démarche de coaching.

PUBLIC CONCERNÉ

Ce séminaire s'adresse aux personnes qui souhaitent découvrir le modèle de Coaching du DÔJÔ dans une optique de développement personnel ou professionnel, qui désirent connaître les fondements du coaching, ainsi que les différentes formes, modes et types de coaching que ce modèle spécifique permet de pratiquer.

Alors qu'il est possible de suivre ce séminaire seul sans l'intégrer dans l'ensemble du cycle de formation au coaching, l'Initiation permet aux participants d'accéder à la deuxième phase de la formation certifiante au coaching : la Formation de Base.

PRÉ-REQUIS

Aucun.

MÉTHODE

Des apports théoriques, didactiques appuyés par des exercices pratiques permettent aux participants de se familiariser avec le modèle de coaching du DÔJÔ.

Le livre de Jane Turner et Bernard Hévin : Construire sa vie adulte : comment devenir son propre coach, vous sera offert.

Le modèle du Coaching du DÔJÔ : «le Renouveau de la Vie Adulte : du Projet Professionnel au Projet de Vie» vous sera présenté en prenant appui sur les :

- *Sept cartes pour se repérer sur le territoire de la vie adulte :*
 - les anciens et les nouveaux principes,
 - le cycle de changement,
 - les valeurs fondamentales,
 - les domaines de vie,
 - les âges de la vie,
 - les apprentissages à l'âge adulte,
 - les aires de conscience ;
- *Quatre phases d'une action de coaching :*
 - Tâtonnement,
 - Écoute,
 - Identification,
 - Clarification ;
- *Quatre formes de coaching :*
 - coaching d'intégration,
 - coaching de performance,
 - coaching de croissance,
 - coaching de maintenance.
- *Trois modes de coaching :*
 - coaching individuel,
 - coaching de groupe,
 - coaching d'équipe.

Ce module de formation représente la première étape de la formation complète, mais peut être suivi indépendamment de l'ensemble.

Animateurs

Bernard HÉVIN et Jane TURNER