

Psycho-Coach : de la clarté à l'impact

Formation Coach — Coaching individuel et d'équipe

FORMATION INDIVIDUELLE

COACHING & NEUROSCIENCES

CERTIFIÉ QUALIOP

DURÉE
10 heures — 3 blocs

PUBLIC VISÉ
Praticiens, thérapeutes et coachs en
exercice

PRÉREQUIS
Aucun

DÉLAI D'ACCÈS
2 à 12 semaines

Vous êtes thérapeute, praticien(ne) ou coach en exercice et vous souhaitez structurer une pratique de coaching puissante, ancrée dans l'intelligence émotionnelle et les neurosciences ? Cette formation de 10 heures vous donne les outils, les protocoles et la posture pour accompagner vos clients avec clarté, impact et authenticité.

VOUS REPARTEZ AVEC

- ◆ Votre posture de coach clarifiée et incarnée
- ◆ Des protocoles de coaching structurés et opérationnels
- ◆ Les outils pour gérer blocages, croyances et décrochage du coaché
- ◆ Votre offre de coaching formalisée et prête à présenter

PUBLICS NON CONCERNÉS

- ✗ Personnes sans projet d'accompagnement professionnel

MATÉRIEL REQUIS

Aucun matériel spécifique. En distanciel : ordinateur, connexion internet stable, casque/micro recommandé.

HORAIRES

À convenir — plages proposées : 9h–12h ou 14h–17h en semaine, adaptables.

OBJECTIF GÉNÉRAL

À l'issue de cette formation, le/la stagiaire sera en mesure de conduire des séances de coaching individuel et d'équipe avec une posture professionnelle affirmée, en utilisant des protocoles structurés intégrant l'intelligence émotionnelle et les apports des neurosciences, et de proposer une offre de coaching claire et différenciée.

OBJECTIFS OPÉRATIONNELS

- Conduire un entretien de positionnement en analysant la demande du client et en formulant un objectif de coaching précis et mesurable
- Structurer un accompagnement de coaching individuel ou d'équipe en sélectionnant les protocoles et outils adaptés à la situation
- Appliquer au moins 2 techniques de déblocage (croyances limitantes, peurs, décrochage du coaché) en séance avec retour réflexif immédiat
- Concevoir et présenter une offre de coaching formalisée (positionnement, cible, format, tarif) sous forme de pitch structuré

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Distinguer les cadres, éthiques et postures respectifs du coaching et de la thérapie
- Comprendre les mécanismes neurologiques et émotionnels à l'œuvre dans le processus de changement
- Identifier les différentes phases d'un accompagnement de coaching et leur enchaînement logique
- Expérimenter les outils de coaching en situations simulées avec feedback individualisé

MODALITÉS D'ACCÈS

Prise de contact	Par téléphone au 07 62 59 67 58 ou par mail sylvie.monteiro@gmx.fr
Délai d'accès	Entre 2 et 12 semaines après réception du devis validé — entrées possibles toute l'année
Analyse des besoins	Entretien individuel + formulaire d'analyse des besoins — obligatoire avant toute inscription
Positionnement pédagogique	Test et entretien avant la formation pour déterminer et ajuster le contenu aux besoins du/de la stagiaire

Bloc I — Posture, éthique et cadre du coaching — 3h

- Différence et complémentarité entre thérapie et coaching : cadre, éthique, posture
- Rôle unique du coach : entre écoute, questionnement et confrontation bienveillante
- Analyser la demande du client : objectif, ambition, entretien de positionnement
- Proposer et organiser un accompagnement adapté : clarification de l'objectif (personnel / professionnel-équipe)

Méthodes : Études de cas réels · Jeux de rôle · Questionnement socratique · Mises en situation

→ *Livrable* : Grille d'analyse de la demande client + trame d'entretien de positionnement

Bloc II — Protocoles et outils d'accompagnement — 4h

- Processus d'accompagnement : libération des peurs et des croyances limitantes
- Outils pour le passage à l'action (personnel / professionnel)
- Transformer les blocages en opportunités — relancer le flux du coaching
- Version équipe : objectif professionnel / Version individuelle : objectif personnel
- Gestion du temps en séance de coaching
- Techniques pour re-captiver le coaché en cas de décrochage
- Apporter une nouvelle perspective en fin de coaching

Méthodes : Simulations de séances · Feedback individualisé · Co-construction des outils · Expérimentation en binôme

→ *Livrable* : Boîte à outils personnelle : 2 protocoles de déblocage + fiche de gestion du temps en séance

Bloc III — Construire et pitcher votre offre de coaching — 3h

- Définir votre offre de coaching unique : compétences, passion, besoins du marché
- Structurer votre positionnement : cible, promesse, format, tarif
- Construire votre pitch de présentation de l'offre
- Mise en situation : présentation et feedback croisé

Méthodes : Réflexion guidée · Construction d'outils personnalisés · Simulations de pitch · Feedback individualisé

→ *Livrable* : Offre de coaching formalisée + pitch structuré prêt à être présenté

ÉVALUATION, SUIVI ET MOYENS PÉDAGOGIQUES

Avant la formation	Entretien préalable individuel + formulaire d'analyse des besoins — ajustement du contenu à la situation du/de la stagiaire. Test de positionnement initial pour situer les acquis.
Pendant la formation	Jeux de rôle et simulations de séances avec feedback immédiat et individualisé. Livrables co-construits à l'issue de chaque bloc, évalués sur grille critériée. Épreuve finale : présentation du pitch de l'offre de coaching avec feedback formatif.
Après la formation	Questionnaire de satisfaction à chaud (fin de dernière séance). Questionnaire à froid 1 mois après la fin de la formation. Disponibilité de la formatrice pour questions pendant 1 mois. Attestation de fin de formation délivrée.

DOCUMENTS REMIS ET SUIVI ADMINISTRATIF

Feuilles d'émargement	Signées à chaque séance
Supports pédagogiques	Fiches outils, trames et modèles remis à l'issue de chaque bloc
Attestation de fin de formation	Délivrée individuellement à l'issue de la dernière séance

ORGANISATION ET MODALITÉS PRATIQUES

Rythme et séquençement	Séances de 3h à 4h selon les blocs — rythme adapté aux disponibilités — inter-séances recommandées pour mise en pratique
Modalités d'enseignement	Présentiel (locaux du/de la stagiaire ou espace convenu) ou distanciel synchrone via Teams, Zoom ou équivalent
Effectif	Formation strictement individuelle — 1 stagiaire par session

ACCESSIBILITÉ — PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

Identification des besoins	Formulaire d'analyse des besoins spécifiques transmis avant toute entrée en formation — permet d'identifier les adaptations nécessaires (rythme, supports, outils de communication)
Adaptations possibles	Adaptation du rythme des séances · Supports en formats accessibles · Sessions distanciel si déplacement impossible · Allongement des délais de remise des livrables
Locaux en présentiel	Les formations se déroulant dans les locaux du/de la stagiaire, l'accessibilité physique relève de la responsabilité du demandeur
Référent handicap	Sylvie Monteiro — sylvie.monteiro@gmx.fr — 07 62 59 67 58
Orientation externe	En cas de besoin non couvrable, orientation vers AGEFIPH, Cap Emploi 77 ou MDPH

QUALIFICATIONS DE LA FORMATRICE

Formation & pédagogie	Organisme de formation · Formatrice en sous-traitance pour le GRETA durant 3 ans · Mentor sur la plateforme Dema1n.org · Intervenante à la Chambre de Commerce et d'Industrie (CCI) (Nuits de l'orientation et événements entrepreneuriat) · Bénévole Entreprendre pour Apprendre (programme 100 000 Entrepreneurs) Île-de-France
Coaching & accompagnement	Coach certifiée (Coach d'Impact) · Psychopraticienne en Gestalt Thérapie (École Humaniste de Gestalt) · Thérapeute de couple (Institut Ayana) · Accompagnatrice individuelle et collective · Animatrice d'ateliers · Profession libérale non réglementée
Expertise économique et administrative	23 ans de responsabilité comptable en PME/PMI · Expérience en cabinet d'expertise comptable · Gestion et administration d'une TPE en qualité d'associée
Veille & actualisation	Veille pédagogique, métier, légale et réglementaire continue, journalisée conformément aux exigences Qualiopi — actualisation annuelle des contenus et compétences

TARIF

2 400 €HT — 10h / 3 blocs

30% à la signature du devis (720 €), solde en 3 mensualités sans frais (560 € × 3). Tarifs exprimés hors taxes — exonération de TVA applicable (art. 261-4-4° a du CGI). Financement possible : fonds propres, OPCO de branche, tout financeur agréé. Devis personnalisé sur demande, valable 30 jours.

Référent situation handicap : Sylvie Monteiro — formation adaptable en cas de besoin spécifique, entretien préalable pour ajuster les modalités.

Contact : sylvie.monteiro@gmx.fr | 07 62 59 67 58

Formation-SM — Sylvie Monteiro — Organisme de formation certifié Qualiopi — NDA 11770774277

La certification qualité est délivrée au titre de la catégorie d'action suivante : L.6313-1 – 1° Actions de formation

Assurance Responsabilité Civile Professionnelle souscrite auprès de Hiscox Assurances (contrat n° HSXIN320038567A)

Version 09/2026