



Porté par  Organisme de formation référencé Datadock.

Année 2020

Life Coach

Cette formation a été créée en répondant à cette simple question : "Comment voudrais-je apprendre mon métier, si je me reconvertissais aujourd'hui ?" Chez LM Coaching, nous vous apprenons, certes, à devenir un excellent "Life Coach", mais avant tout, nous vous enseignons notre manière de vivre nos coachings ! Nous ne vous apportons pas un simple "savoir". Nous vous partageons notre "savoir être" en plus de notre "savoir-faire". Ne devenez pas un coach parmi les coachs, devenez le coach, qui est déjà en vous !

Voici le programme que nous avons conçu entièrement sur mesure afin de vous accompagner au plus près de valeurs que nous pensons essentielles dans ce métier.

Ce programme que nous avons voulu très complet, mais également pédagogique et accessible se décline à distance et en présentiel.

Durée: 136.00 heures (jours)

Profils des stagiaires

- Thérapeutes en bien-être en cours d'activité
- Professionnels de santé : Infirmiers / Médecins / Psychologues / Ostéopathes / Kinésithérapeutes / Sages-femmes / ...
- Toute personne intéressée, suite à étude de dossier

Prérequis

- Il n'y a pas de prérequis exigés

Objectifs pédagogiques

A l'issue de la formation, le stagiaire sera en capacité de :

- Niveau d'information : Posséder les notions de bases de la psychologie et du développement personnel
- Niveau d'expression : Identifier ses besoins, ses limites et ses ressources
- Niveau de la maîtrise d'outils : Maîtriser les techniques d'entretien liées à la méthode dite de coaching
- Niveau de la maîtrise d'outils : Posséder une base de connaissance des outils complémentaires à la pratique de Life Coach
- Niveau de la maîtrise d'outils : Maîtriser les techniques de base de la PNL
- Niveau de la maîtrise d'outils : Savoir identifier un traumatisme psychique
- Niveau de la maîtrise méthodologique : Savoir conduire un entretien de coaching dans le respect de la déontologie du métier
- Niveau de la maîtrise méthodologique : Maintenir un haut niveau d'humanité dans la pratique du métier de coach



Porté par  Organisme de formation référencé Datadock.

Contenu de la formation

- Introspection, état des lieux
 - Éléments de connaissance de soi
 - Questionnaires
 - Éléments de récits
- Anatomie et physiologie du système nerveux / du mental
 - Anatomie Physiologie du cerveau
 - Evolution du cerveau à travers les âges
 - Protection par l'instinct (survie et de procréation)
 - Comportement adapté / Inadapté
 - Stress adapté / Dépassé
 - Instinct / Intuition / Réflexe
- Mécanisme des émotions
 - Définition des émotions
 - Typologie des émotions
 - Utilité et fonctionnement des émotions
- Communication
 - Communication verbale / para-verbale / non verbale
 - Communication positive
 - Ecoute active
 - Relation d'aide
- Éléments théoriques de psychologie
 - Définition de la "Psychologie"
 - Grands courants de la psychologie et de la psychiatrie
 - Complexe d'oedipe
 - Maladies psychiatriques : Névroses, Psychoses, Schizophrénie, ...
 - Détresses psychiques
 - Blocages psychologiques
 - Schémas de répétition
 - Confiance et Estime / Ego
 - Sexualité
 - Syndrome dépressif
- Éléments de psychogénéalogie et psychocorporalisme
 - Liens de causalité passé / présent / Histoire familiale
 - Lien entre le corps et l'esprit
- Éléments de traumatismes psychiques
 - Traumatismes liés à l'enfance : Enfant intérieur / Enfant insécure
 - Maltraitements conjugales (Violence, perversion, harcèlement, ...)
 - Peurs réelles / projetées
 - Crise suicidaire
 - Stress dépassé
 - Burn Out / Epuisement professionnel
 - PTSD
 - Traumatisme vicariant



Porté par  Organisme de formation référencé Datadock.

- Modalités de réalisation d'un entretien de coaching
 - Pré-talk
 - Cadre de l'entretien
 - Réalisation d'une anamnèse
 - Utilisation de questionnaires
 - Attentes excessives
 - Transfert / Contre transfert
 - Faire le bilan de l'entretien
 - Connaître ses limites et Savoir réorienter si besoin
 - Tableau de visualisation de sa "pratique idéale"
- Éléments théoriques de Programmation Neuro Linguistique (PNL)
 - Définition de la PNL
 - Éléments de base de PNL
 - Outils issus de la PNL
- Éléments théoriques d'hypnose
 - Définition de l'état hypnotique
 - Induction / Approfondissement / Voyage / Emerge
 - Visualisations
 - Outils issus de l'hypnose
- Éléments théoriques de Communication Non Violente (CNV)
 - Définition de la CNV
 - Éléments de base de CNV
 - Outils issus de la CNV
- En bonus ... Grâce à nos intervenants spécialisés, aperçus de :
 - Art-Thérapie
 - Spiritualité / Énergétique / Tirage d'oracles
 - Médecines alternatives : Médecine traditionnelle chinoise / Acupuncture / Qi Gong / Méditation
 - Cohérence cardiaque / Respiration

Organisation de la formation

Équipe pédagogique

Lucie MARIOTTI – Coach et thérapeute professionnelle certifiée / Reconnue par les médias Français / Auteure publiée / Maître praticien en PNL / Formée à la méthode LNV (Langage non verbal) / Maître praticienne en énergétique / Praticienne en Hypnose / Initiée à l'Art-thérapie / Travail psychanalytique personnel complet durant 7 ans / Créatrice de la méthode LM Coaching : Formation de coach et thérapeutes.

Nathalie ROTTA – Praticienne en Thérapie Psychocorporelle / En cours, D.U. Psychologie d'Urgence / D.U. Pratiques Corps et Esprit en Médecine Traditionnelle Chinoise. / Hypnothérapeute / Équipe de Soutien Psychologique des Sapeurs-Pompiers du Haut-Rhin / Cadre de santé Infirmier, Ingénieur Maître en Management des Services de Santé / Praticienne en Thérapie Manuelle. / Praticienne en Shiatsu. Institut Français de Shiatsu.



Porté par  Organisme de formation référencé Datadock.

Moyens pédagogiques et techniques

- Formation en présentiel, en région Parisienne : 1 jour + 7 jours, soit 56 heures de formation en présentiel
- Formation en E-Learning, à distance, depuis votre domicile : 80 sessions d'une heure, soit 16 modules de 5 sessions chacun.
- Modules bonus adaptés aux besoins du groupe de stagiaires
- Accueil des stagiaires dans une salle dédiée à la formation lors des présentiels, en présence de Lucie MARIOTTI lors des 8 journées.
- Visioconférences en direct deux fois par semaine
- Entretiens individuels à la demande des stagiaires une fois par semaine
- Système de communication écrite et d'échange de documents en direct par Slack

Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation

- Feuilles de présence.
- Questionnaires de compréhension hebdomadaires
- Exercices de coaching à distance et en présentiel, évalués et pris en compte dans l'évaluation formative
- Examen théorique final sur base d'un QCM
- Examen pratique noté par un Jury
- Évaluation de la formation par les stagiaires lors de chaque module ainsi qu'à l'issue de la formation, puis trois et six mois après.