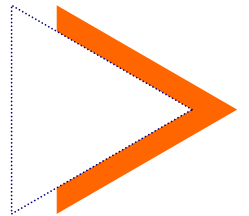


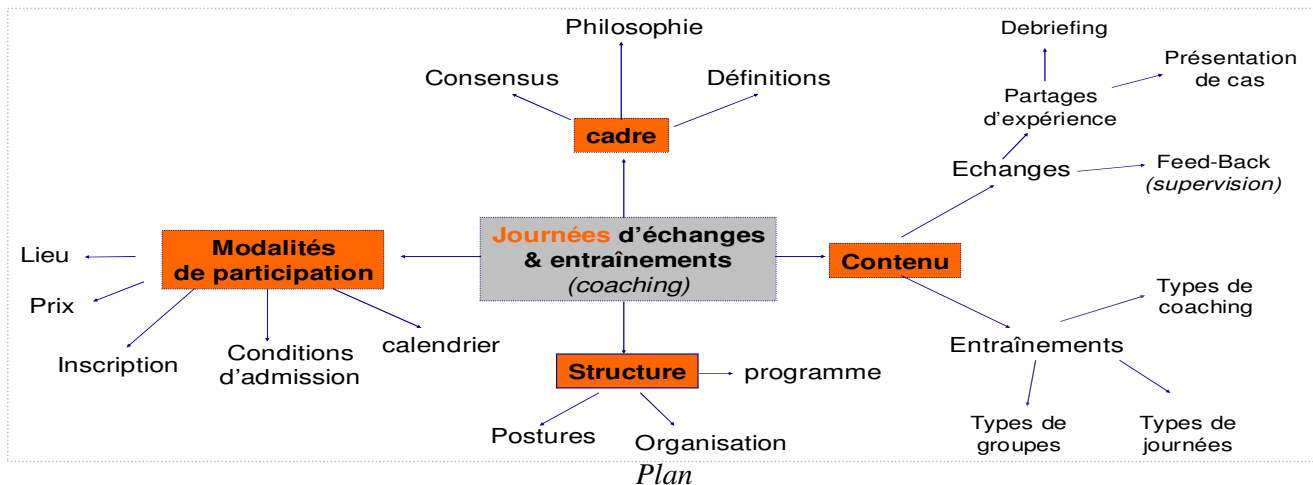


**E**changes  
&  
**E**ntrainement **S**upervision  
*Perfectionnement généraliste*



*Formation  
continue*

## ECHANGES &amp; ENTRAINEMENTS



Ces journées d'entraînements sont des moments d'échanges entre coaches permettant à chacun de bénéficier d'un espace de perfectionnement riche des différents feed-back et prises de conscience qu'ils occasionnent.

CADREPhilosophie

Les journées d'échanges et d'entraînements du programme « Généraliste » sont conçues pour répondre aux **envies de perfectionnement** ressenties par des coaches dans l'exercice d'eux-mêmes et du coaching.

Définitions

Les **échanges** au cours de ces journées consistent en :

- des **partages d'expériences**
- des **feed-back**

sur les coaching réalisés et les cas de coaching travaillés au cours de ces journées

Les **entraînements** au cours de ces journées consistent à réaliser :

- des coaching individuels par **groupes de 3**
- des coaching individuels et/ou d'équipe avec le **groupe au complet**

Le **coaching** au cours de ces journées consiste en un accompagnement d'un ou de plusieurs coach(s) pour leur **permettre de trouver leurs solutions** afin d'atteindre les objectifs qu'ils poursuivent.

Pour le coaching d'équipe, l'accompagnement est réalisé à partir d'un **objectif commun** à l'ensemble des coaches présents.

Pour le coaching individuel, l'accompagnement est réalisé à partir de l'objectif du coach accompagné, ou d'un objectif fictif lorsqu'il s'agit d'un cas préparé.

	Entraînements			Echanges			
	Coaching Individuel		Coaching d'équipe	Coaching individuel		Coaching d'équipe	
	Cas personnels	Cas préparés	Cas du groupe	Feed-Back	Partage d'expérience	Feed-back	Partage d'expérience
<b>Trios</b>	X			X	X		X
<b>Groupe complet</b>	X	X	X	X	X	X	X

### Consensus

Pour gérer au mieux ces journées, il est demandé à chacun de savoir s'il adhère :

- à l'ensemble des éléments précédemment énoncés concernant :
  - la philosophie
  - les définitions
- aux règles suivantes :
  - confidentialité des échanges
  - confiance mutuelle
  - non expression des jugements
  - acceptation de ses émotions et de celles des autres
  - acceptation de recevoir du feed-back
  - respect des horaires : de 9h à 12h et de 14h à 17h
  - implication personnelle

### CONTENU

#### Echanges

- les partages d'expériences de coaching

Ces partages concernent les expériences de coaching individuel ou d'équipe qui ont lieu durant la journée d'échange et/ou celles liées à la pratique professionnelle de chaque coach.

Expériences de coaching :	Groupes de 3	Groupe au complet
<b>Expériences des entraînements</b>		Ces partages d'expériences correspondent aux <b>debriefing</b> mis en place après chaque coaching réalisé. Ils permettent à chacun d'exprimer ce qu'il a <b>vécu personnellement</b> en tant qu' <b>observateur</b> .
<b>Expériences antérieures aux journées</b>	La façon d'organiser ces partages d'expérience est laissée libre à chaque groupe	Ces partages d'expériences correspondent à la <b>présentation de cas de coaching</b> par des coaches désireux de <b>partager leur savoir-faire</b> avec d'autres.  Ils nécessitent : - un résumé du cas par les coaches intéressés, reprenant les éléments figurant en <b>annexe 1</b> de ce dossier.

- les feed-back (*supervision*)

Feed-Back :	Groupes de 3	Groupe au complet
<p>Sur les expériences de coaching réalisées lors des journées</p>	<p>La façon d'organiser ces feed-back est laissée libre à chaque groupe</p>	<p>Ces feed-back appartiennent au processus de <b>supervision</b>.</p> <p>Ils consistent à renvoyer les éléments suivants au coach ayant réalisé le coaching observé :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- une <b>observation descriptive</b> du coaching</li> <li>- une <b>hypothèse de compréhension</b> de ce qui a été réalisé</li> <li>- le <b>ressenti</b> éventuel de l'observateur pendant qu'il observait</li> <li>- ce que l'observateur a particulièrement <b>apprécié</b> de l'accompagnement du coach</li> </ul>

Pour optimiser la qualité des échanges, la notion le feed-back dont il est question ici implique de savoir :

- *exprimer des observations descriptives* vierges de toute autre interprétation
- *formuler des hypothèses* à partir de ses interprétations

Un outil facilitant l'écriture des feed-back est fourni lors de ces journées (*voir annexe 2*).

Il a pour but de faciliter leur expression.

Chaque coach reste libre de l'utiliser ou non.

Entraînements

- Les entraînements de coaching individuel

*Les jeux de rôles*

Le coach réalisant le coaching ainsi que les coaches observateurs lisent le contexte du cas qui est interprété par le coach coordinateur des journées (*personne accompagnée*).

Le principe de ces jeux de rôles réside dans la connaissance par le coach coordinateur de ce qui fait obstacle à l'émergence spontanée de la solution de la personne qu'il interprète.

*Les cas personnels*

Le coach accompagné soumet la situation pour laquelle il sollicite l'aide d'un coach et se laisse accompagner.

Cette situation peut être un cas de coaching ou tout autre cas.

Il peut l'être face au groupe au complet ou face à un autre coach s'il s'agit d'un groupe de trois.

- Les entraînements de coaching d'équipe

*Le cas des coaches participants à la journée*

Les participants à ces journées forment un groupe qu'un coach peut accompagner en coaching d'équipe dès lors qu'un objectif commun est défini.

## STRUCTURE

### Organisation

Plusieurs possibilités de structure d'échanges et d'entraînements existent à savoir :

#### 1) ½ journées ou Journées

Choix			Groupe au complet	Groupe de 3
½ journée 9h-12h30 ou 14h-18h	Mixte	1	X	X
	spécifique	2		X
		3	X	
Journée 9h-12h30 et 14h-18h	Mixte	En alternance par ½ journée	4	X
		En alternance au sein de la journée	5	X
	Spécifique	6	X	
		7		X

#### 2) groupe et/ou complet ou groupes de 3

Choix			
Groupe au complet	Coaching individuel	Jeux de rôle	A
		Cas personnels	B
	Coaching d'équipe		C
	Présentation d'un cas		D
	Debriefing		E
	Feed-Back		F
Groupe de 3	Coaching individuel		G
	Debriefing		H
	Feed-back		I

La structure des journées est variable d'une journée à l'autre.

Les échanges et entraînements peuvent se faire :

- ✓ le groupe au complet uniquement
- ✓ par groupes de 3 uniquement
- ✓ le groupe au complet et par 3 en alternance par ½ journée
- ✓ le groupe au complet et par 3 en alternance au sein de la journée

### Programmes

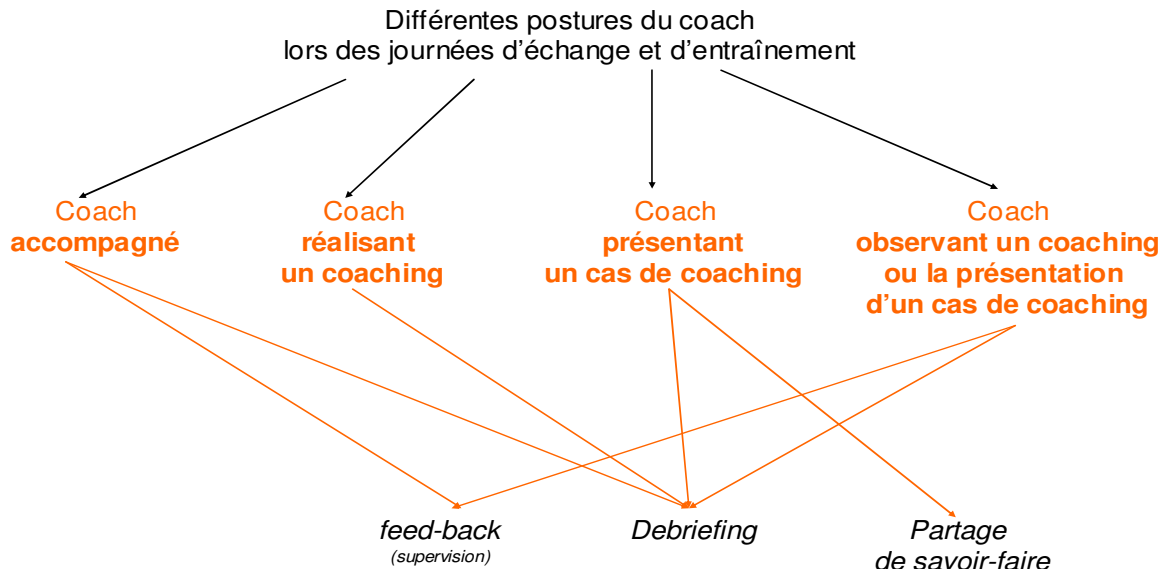
- En l'absence de cas personnels et/ou de présentation de cas proposés par les participants, le programme minimum d'une journée comprend un ou plusieurs jeux de rôles à partir de cas de coaching préparés.

Ces jeux de rôle se déroulent avec le groupe au complet et se structurent de la manière suivante :

- jeu de rôle (15 à 30 mn)
- + feed-back (30mn à 1h)
- + debriefing (30 mn à 1h)

- En présence de cas personnels et/ou de présentation de cas proposés par les participants, le programme d'une journée est communiqué aux participants un mois au plus tard avant chaque journée.

### Postures des coachs participants



**Au cours d'une journée, chaque coach peut expérimenter différentes postures, notamment :**

- Ecouter et regarder comment se passe un coaching entre deux confrères (*observer*)
- Réaliser des coaching (*coach*)
- Etre coaché(e)
- Renvoyer des feed-back aux coachs dont vous aurez observé le coaching
- Poser des questions aux autres coachs
- Recevoir un feed-back sur votre pratique ici maintenant, ou sur un de vos cas de coaching passé
- Faire part de votre vécu personnel, ici-maintenant
- Echanger avec des coachs sur leur pratique, leurs modalités d'installation, leur formation
- etc.....

## MODALITES DE PARTICIPATION

### Calendrier

Une journée d'échange et d'entraînement est organisée chaque mois (*voir calendrier des formations*)

### Conditions d'admission

#### *Publics*

**Peuvent participer à ces journées d'échanges et d'entraînements :**

- des coachs justifiants d'une formation initiale au coaching
- des professionnels de l'accompagnement pouvant justifier d'une pratique professionnelle

### Documents à fournir :



Coachs : **Attestation de formation initiale au coaching**

Professionnels de l'accompagnement : **CV détaillé du parcours professionnel**

### Inscription

#### **Conditions d'inscription**

L'inscription est effective dès réception, **15 jours au plus tard avant la date** de la journée choisie :

- du bulletin d'inscription complété (*voir en annexe 3*)
- du chèque de réservation
- des documents à fournir s'il s'agit d'une **1<sup>ère</sup> fois** (*voir précédemment*)

### Annulation

Un **minimum de 10 participants** est nécessaire pour confirmer une journée

En cas d'annulation, il est proposé :

- le renvoi du chèque de réservation
- le report sur une autre journée

### Prix :

- **50 € TTC** / personne / jour
- hors repas

### Lieu : **33 000 BORDEAUX**

213 Boulevard du Maréchal Leclerc

**Ou**

8 Rue Edouard Laroque

En fonction du nombre de participants, le lieu sera **confirmé** par email, **au plus tard 1 semaine avant** la journée

**ANNEXE 1**  
**Contenu des cas présentés**

**Conseils de préparation**

Compte tenu du peu de temps imparti et du perfectionnement que représentent les cas de coaching présentés, il est demandé à ceux qui les présentent, de les relater en tenant compte des éléments suivants :

- se placer en **observateur impartial**, relatant **uniquement des faits observés** (*uniquement ce qui a été dit et fait par le coach et la personne accompagnée*)
- **préciser les principaux éléments de contexte** du cas (*où, avec qui, quand, comment... dans le respect de la confidentialité*)
- **décrire** :
  - **le chemin emprunté**
  - **les résultats obtenus**

**Process & Outil de préparation de cas**

Pour exemple, voici un chemin et un outil de synthèse de préparation de cas.


**Chemin**

Il se résume à :

- retrouver :
  - ce que vous avez fait
  - ce que vous avez repéré pour avoir fait ce que vous avez fait
  - ce qu'a fait la personne accompagnée
- synthétiser


Eléments observés	Process			
	J'ai repéré :	J'ai : <i>(conceptualisation de l'action)</i>	Résultat obtenu	
			Eléments observés	Interprétation
J'ai fait :			La personne accompagnée a fait :	Il semble que la personne accompagnée :
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
etc...				

**Synthèse**



▪ Problématique : .....

▪ Chemin emprunté :



1- ..... *(fait faire ...)*

2- ..... *(fait...)*

3- .....*(etc...)*

4- .....

**Etc.....**

▪ Solution(s) trouvée(s) : .....

.....

**Exemple de cas préparé**

Cas de coaching extrait du livre «*Coaching, 9 étapes pour s'y préparer et bien la vivre*»  
Ed. Gualino - collection ego <http://www.coaching-evolution.com>

**Pierre :** Dans deux mois, je suis à la retraite, c'est un peu comme si tout était fini, ma vie ne sera plus jamais la même, j'ai peur de m'ennuyer...

**Coach :** Quand vous dites : « comme si tout était fini », qu'entendez-vous par « tout » ?

**Pierre :** Tout, c'est le travail, les copains, les bons moments, c'est un peu comme si on m'enlevait une partie de moi-même, je ressens comme un grand vide quand je pense à ma retraite.

**Coach :** Un grand vide .....

**Pierre :** Oui j'ai vraiment peur de m'ennuyer ou plutôt de ne pas savoir quoi faire ...vous comprenez depuis toujours ma vie est réglée, les horaires sont toujours les mêmes, je déjeune avec mes collègues à la cantine, ensuite on boit notre petit café, le soir je pars du bureau à 18h, je n'ai pas à me poser de questions pour mon emploi du temps car c'est tous les jours pareils.

**Coach :** Hum, hum, tous les jours de l'année ?

**Pierre :** Oui tous les jours, enfin sauf les week-ends et pendant les vacances

**Coach :** Comment cela se passe pendant les week-end et pendant vos vacances ?

**Pierre :** En général, nous prenons trois semaines de vacances durant l'été. Avec mon épouse nous choisissons une destination qui nous plait à tous les deux, nous étudions toutes les curiosités à visiter et ensuite nous réservons les hôtels ou les chambres d'hôtes. Pour les week-ends nous nous arrangeons pour recevoir nos amis, aller chez eux, faire des sorties, partir deux ou trois jours de temps en temps en France ou à l'étranger...oui mais se sont les vacances, on ne va pas pouvoir partir tout le temps, d'autant plus que mon épouse ne sera à la retraite que dans trois ans.

**Coach :** Je suis épatée, vous êtes très organisé pour vos vacances et vos week-end.

**Pierre :** Oui, c'est vrai, j'aime quand tout est organisé, programmé, je suis un perfectionniste, c'est peut-être une déformation professionnelle !

**Coach :** Comment vous vous sentez quand tout est programmé de la sorte ?

**Pierre :** Je n'ai jamais vraiment pensé à cela... je me sens bien... en sécurité... oui j'ai besoin de me sentir en sécurité face aux événements, oui c'est pour ça que j'ai peur de cette satanée retraite !

**Coach :** Est-ce la retraite ou le fait de ne pas l'avoir préparée qui vous fait peur ?

**Pierre :** Bien sûr c'est de ne pas l'avoir préparé, de ne rien avoir programmé pour occuper mes journées, je suppose que maintenant il va falloir que je réfléchisse pour établir un emploi du temps pour ma retraite! Vous allez m'aider ?

**Coach :** Oui bien entendu. Pour les prochaines séances, je vous propose de vous accompagner pour vous aider à construire cela en fonction de vos valeurs principales et de vos besoins.

Éléments observés	Process			
	J'ai repéré :	J'ai : (Conceptualisation de l'action réalisée)	Quel résultat j'obtiens ?	
			Éléments observés	Résultats obtenus
J'ai fait :			Pierre a dit :	Il me semble que Pierre :
1 « Quand vous dites : « comme si tout était fini », qu'entendez-vous par « tout » ? »	une généralisation projetée sur le futur (tout).	reformulé et questionné la généralisation	"Tout, c'est le travail, les copains, les bons moments ....."	précise ce que « tout » signifie. En faisant cela, il semble qu'il casse l'erreur qui consiste à généraliser, réduisant d'autant la peur qui lui est liée.
2 « Grand vide.... »	la conceptualisation d'un ressenti	fait écho du ressenti conceptualisé	"Oui j'ai vraiment peur de m'ennuyer ou plutôt de ne pas savoir quoi faire..."	précise mieux ce qu'il ressent et semble en prendre conscience.
3 « Hum, hum, tous les jours de l'année ? »	une généralisation projetée sur le passé (tous).	reformulé la généralisation sous la forme d'une question	"Oui tous les jours, enfin sauf les week-ends et pendant les vacances"	précise ce que « tous » signifie. En faisant cela, il semble qu'il casse l'erreur qui consiste à généraliser.
4 « Comment cela se passe pendant les week-end et pendant vos vacances ? »	le champ d'expérience passé, occulté dans le raisonnement de Pierre	posé une question ouverte sur le champ d'expérience occulté	"En général .....oui mais se sont les vacances, on ne va pas pouvoir partir tout le temps, d'autant plus que mon épouse ne sera à la retraite que dans trois ans."	précise ce qu'il occulte dans son raisonnement. En faisant cela, il semble prendre conscience et remettre spontanément en cause son raisonnement.
5 « Je suis épatée, vous êtes très organisé pour vos vacances et vos week-end »	la ressource dont Pierre a besoin (s'organiser)	valorisé, nommé et affirmé une ressource	"Oui, c'est vrai.....!"	valide l'affirmation. En faisant cela, il semble en prendre conscience
6 « Comment vous vous sentez quand tout est programmé de la sorte ? »	le ressenti ici maintenant de Pierre	questionné le ressenti de Pierre	"Je n'ai jamais vraiment pensé à cela... je me sens bien... en sécurité... oui j'ai besoin de ..., oui c'est pour ça que ...."	focalise son attention sur son ressenti et l'exprime. En faisant cela, il semble prendre conscience du besoin qui crée son ressenti et faire le lien (comprendre) l'origine de sa peur.
7 « Est-ce la retraite ou de ne pas l'avoir préparée qui vous fait peur ? »	l'origine de la peur de Pierre	posé une question à choix forcé (d'un côté : la retraite - de l'autre l'origine supposée de la peur)	"Bien sûr c'est de ne pas l'avoir préparé..... il va falloir que je réfléchisse pour établir un emploi du temps pour ma retraite !"	valide l'hypothèse sur l'origine de sa peur. En faisant cela il semble exprimer la solution (réfléchir sur un emploi du temps pour sa retraite)
8 « Oui bien entendu. Pour les prochaines séances, je vous propose de vous accompagner pour vous aider à construire cela en fonction de vos valeurs et de vos besoins »	le besoin d'aide	rassuré en proposant de l'accompagner et en disant comment il va le faire	"Vous allez m'aider ?"	

### Synthèse

**Problématique trouvée :** Les généralisations que le client faisait, semble avoir été responsables de son incapacité à se projeter positivement dans le futur (sa retraite).

**Chemin de coaching :**

- Chemin de coaching

- 1- A fait préciser la généralisation projetée sur le futur
  - 2- A fait préciser le ressenti (-) projeté sur le futur, secondaire à la généralisation précédente
  - 3- A fait préciser la généralisation projetée sur le passé
  - 4- A fait préciser le champ d'expérience occulté par la généralisation précédente
  - 5- A valorisé, nommé et affirmé la ressource contenue dans le champ d'expérience occulté
  - 6- A fait préciser le ressenti (+) du champ d'expérience occulté
  - 7- A fait comparer le futur avec l'origine pressentie du ressenti (-)
  - 8- A rassuré

**Solution exprimée :** réfléchir sur un emploi du temps pour préparer sa retraite

OBJECTIF poursuivi en observant :

Ecrire ce que j'observe sans faire attention  
(le garder pour moi)

⇒ Re-écrire cette observation sans interprétation

Interpréter cette observation (le garder pour moi)

⇒ Transformer mon interprétation en *hypothèse*

Ecrire ce que j'ai ressenti en observant

⇒ Trouver le besoin correspondant à ce ressenti

Dire ce que j'ai apprécié de la personne observée :



**COUPON D'INSCRIPTION**  
-----

**●** Je participe aux **jours d'entraînement au coaching**



**Minimum  
10  
participants**



Contact : *Christiane JEAN-JOSEPH-DIEGO*  
Port : 06.77.78.72.07  
Email : *generation-coach@wanadoo.fr*

Pour que je puisse vous compter comme participant(s) à cette journée,  
Merci de me renvoyer : ce coupon d'inscription + le/les justificatif(s) demandé(s) (*voir conditions d'admission*)  
et votre chèque de réservation **libellé à l'ordre de VALOR Consultants**  
à **Christiane JEAN-JOSEPH-DIEGO : 52 La Lisière du Golf - 33 260 La Teste de Buch**  
au plus tard **15 jours avant la journée** à laquelle vous vous inscrivez

NOM.....

Adresse : .....

.....

Email : ..... Tél : .....

**Je m'inscris à la journée du ...../...../.....**

Vous recevrez une **confirmation par email, 1 semaine avant** la date de la journée  
**En cas d'annulation, votre règlement vous sera renvoyé**