

ATELIER ET ACCOMPAGNEMENT POUR COACHS

Découvrez notre gamme complète d'ateliers et d'accompagnements conçus pour les coachs professionnels. Que vous cherchiez à enrichir votre boîte à outils, à affiner votre posture ou à bénéficier d'un soutien entre pairs, nos ateliers vous aideront à développer votre pratique et à accompagner vos clients avec plus d'impact.



Journées Outils

1

Croyances limitantes

Transformer les freins invisibles en leviers de croissance

Ce sont ces petites phrases intérieures (« Je ne suis pas assez... », « Ce n'est pas pour moi », « Je vais échouer ») qui sabordent l'élan avant même que l'action ne démarre.

Bénéfice coach : tu repars avec une grille d'analyse et des exercices transférables en séance.

Bénéfice client : il identifie ses propres freins, gagne en clarté et passe plus facilement à l'action.

Un espace de déconstruction... et de reconstruction.

2

Dilemme intérieur

Mettre fin aux tiraillements internes et libérer une énergie cohérente

« Je veux me lancer... mais j'ai peur. »
« Je suis parent attentif... mais j'aspire à plus d'ambition professionnelle. »
Ces tensions viennent de parties internes légitimes mais opposées.

Bénéfice coach : tu ajoutes un protocole puissant à ta boîte à outils, particulièrement utile pour les choix et les dilemmes de vie.

Bénéfice client : il ressent une unité intérieure et agit avec conviction.

Un processus puissant pour retrouver l'unité... et la clarté.

3

La procrastination

Libérer le passage à l'action

La procrastination n'est pas qu'un simple manque d'organisation ou de volonté. C'est un signal révélant des blocages plus profonds : peur de l'échec, perfectionnisme, surcharge mentale ou manque de clarté dans les objectifs.

Bénéfices coach : Acquiert une compréhension fine des mécanismes psychologiques et dispose de stratégies concrètes pour le passage à l'action.

Bénéfices client : Identifie les vraies causes de ses blocages et met en place des actions simples et progressives.

4

La motivation du changement

Allumer et entretenir la flamme

Apprenez à activer les bons leviers pour inspirer vos clients. De la prise de conscience à l'engagement profond, guidez-les à chaque étape pour qu'ils transforment leurs intentions en résultats concrets.

Bénéfice coach : Développe des outils pour diagnostiquer les freins et leviers de motivation et renforce sa posture.

Bénéfice client : Clarifie ses objectifs et ses priorités et comprend ses propres freins au changement et apprend à les dépasser.

½ journées Modèles



Mon client est-il un client ?

Savoir quand dire oui... et quand dire non

Tous ceux qui demandent à être coachés ne sont pas forcément prêts à l'être.

Dans cet atelier, on apprend à décoder les signaux, à poser un cadre clair, à préserver sa posture sans s'effacer ni s'épuiser.

Une exploration éthique et pratique de ce que signifie "choisir ses clients".



Positions de vie

Décoder et transformer les relations

Maîtrisez le modèle des positions de vie pour accompagner vos clients à mieux comprendre leurs interactions. Offrez-leur des outils pour des relations plus saines, plus équilibrées et plus constructives, dans leur vie personnelle et professionnelle.

Journées Modèles



Incarner sa posture de coach

Passer de la théorie... à l'incarnation.

Tu connais les outils. Tu as appris les modèles. Mais est-ce que tu les vis, vraiment ?

Incarner sa posture c'est :

- **Faire corps avec ce qu'on transmet**
- **Oser être soi dans la relation**
- **Se tenir dans le cadre avec souplesse et assurance**

Un travail de fond, subtil et puissant, pour coacher avec justesse



Syndrome de l'imposteur

Révéler le vrai potentiel

Le syndrome de l'imposteur touche des profils très variés. Il se manifeste par un sentiment de fraude et d'illégitimité, une incapacité à reconnaître ses réussites ou une peur constante d'être « démasqué ».

Y travailler signifie :

- Comprendre ses origines
- Identifier ses signes
- Reconstruire la confiance en soi et développer une posture alignée
- Accompagnement dans l'acceptation de ses compétences et sa légitimation

Bénéfice coach : Comprendre, identifier et utiliser des outils concrets tant auprès des clients que de soi-même !

Bénéfice client : prendre conscience de ses blocages, les dépasser et assumer pleinement sa réussite.



Introduction aux neurosciences

Le cerveau au service de votre pratique

Découvrez comment le cerveau influence chaque décision, chaque émotion et chaque comportement.

Vous apprenez à :

- Décoder le fonctionnement du cerveau pour comprendre vos clients
- Identifier l'impact du stress, des émotions et des biais cognitifs
- Intégrer des outils simples et puissants pour des accompagnements plus précis et plus efficaces

Bénéfice coach : vous donner les bases scientifiques pour enrichir votre posture

Bénéfice client : des clés concrètes, modernes et impactantes

Accompagnement Collectif et Individuel

Accompagnement collectif

Supervision de groupe

Grandir ensemble, dans un cadre soutenant et exigeant.

Tu viens avec une situation vécue, une question, un doute.

On travaille ensemble, dans un espace structuré et sécurisant, avec un double regard (le mien + celui du groupe).

Un lieu d'apprentissage précieux pour affiner ta pratique, prendre du recul et développer ta réflexivité.

Intervention entre pairs

Soutien, écoute et retours bienveillants entre coachs en chemin.

Un espace pour échanger entre pairs, sortir de la solitude, confronter ses pratiques en toute sécurité.

Tu y trouveras : partages d'expériences, retours constructifs, inspiration croisée et entraide.

Et surtout : la sensation de ne plus être seule dans tes doutes ou tes élans.



Accompagnement individuel

Supervision individuelle

Un espace sur-mesure pour prendre du recul, gagner en clarté et affiner ta posture.

La supervision individuelle, c'est un temps précieux juste pour toi.

Un espace confidentiel où tu peux déposer tes questionnements, explorer une situation vécue, revisiter une séance qui t'a laissée perplexe... ou simplement faire le point sur ta posture.

Tu y viens comme tu es — avec tes doutes, tes élans, tes hésitations.

Je t'y accueille avec un regard bienveillant et exigeant, pour t'aider à :

- Clarifier ce qui se joue dans la relation à ton client
- Revenir à l'éthique et au cadre sans te rigidifier
- Te recentrer quand tu te sens "trop dedans"
- Renforcer ton identité de coach, séance après séance

C'est un accompagnement à la fois professionnel et profondément humain, pour te sentir plus alignée, plus compétent.e, plus serein.e.

Parce qu'un coach bien accompagné... accompagne mieux.

Appelle-moi et discutons-en !