

ECOLE INTERNATIONALE

# EIC<sup>®</sup>

DE COACHING

LA CERTIFICATION MASTER COACH  
PROFESSIONNEL ET PERSONNEL  
100% à distance

+ NOUVEAU  
LES CERTIFICATIONS TECHNICIEN  
ET PRATICIEN PNL OFFERTES

- ⊕ Une spécialisation Métier OFFERTE  
OU le cursus de Praticien Soft Skills OFFERT
- ⊕ Programme Starter Coach OFFERT

[www.ecole-coaching.com](http://www.ecole-coaching.com)

Mme  Melle  M. Prénom..... Nom.....

Adresse.....

Code postal ..... Ville ..... GSM ..... Date de naissance .....

Adresse e-mail ..... Tél.....

Domicile.....

**Entreprise** Nom du financeur.....Numéro de TVA.....

Adresse.....

Code postal ..... Ville..... Tél.....

**Formation** Pays de la formation ..**BELGIQUE**.....Date de début de session.....

### Offre exceptionnelle\*

- Master Coach à distance en 6 mois
- Certifications Technicien & Praticien PNL
- Offre Starter Coach
- 1 spécialisation métier OFFERTE
- OU Praticien Soft Skills OFFERT
- Certification

**1 500 € net**  
pour les particuliers et asbl non assujetties TVA  
**1 500 € HT**  
pour les entreprises et asbl assujetties TVA

\* dans la limite des places disponibles

### Choix Spécialisations Métiers

- Coach en entreprise
- Coach de vie
- Coach scolaire
- Préparateur mental du sport

### Master Coach à distance

Master Coach à distance  2 spécialisations

**2 000 € net** pour les particuliers et asbl non assujetties TVA

**2 000 € HT** pour les entreprises et asbl assujetties TVA

Master Coach à distance  3 spécialisations

**2 400 € net** pour les particuliers et asbl non assujetties TVA

**2 400 € HT** pour les entreprises et asbl assujetties TVA

Master Coach à distance  4 spécialisations

**2 700 € net** pour les particuliers et asbl non assujetties TVA

**2 700 € HT** pour les entreprises et asbl assujetties TVA

### Montant Total :

#### Modalités de paiement :

Joindre la copie, ou le scan de votre virement au bon de commande. Les règlements se font au compte de Perspective Réussite Belgique  
Banque KBC Brussels  
IBAN : BE88 7330 6953 0741  
BIC : KREDBEBB

Bon pour accord,

le ..... à .....

Signature :

Offre accompagnement  
à votre création d'activité  
le programme STARTER COACH  
**OFFERT**

**NOUVEAU**

5 classes virtuelles avec les outils de démarrage  
(business plan, étude de marché, marketing du Conseiller)

**SPRL Perspective Réussite Belgique - Square de Meeûs 38/40 - 1000 Bruxelles**

# ECOLE INTERNATIONALE

# EIC

# DE COACHING

## SOMMAIRE

- 4 Editorial
- 5 Pourquoi choisir l'École Internationale de Coaching ?
- 6 Notre cursus
- 7 Le calendrier double certification et les tarifs
- 8 Le calendrier PNL
- 9 Le Master Coach à distance : une formation diplômante
- 11 Le programme pédagogique
- 12 Les certifications Technicien + Praticien PNL : le cursus
- 16 Le programme pédagogique du Technicien + Praticien PNL
- 18 Le praticien Soft Skills
- 25 Le programme Starter Coach
- 27 Nos spécialisations Métiers
- 28 La spécialisation Coach en Entreprise
- 29 La spécialisation Coach de Vie ou Life Coach
- 30 La spécialisation Coach Scolaire
- 31 La spécialisation Coach Mental du Sport
- 32 Nos plateformes de coaching et le référencement au Conseil Européen des Coachs Professionnels
- 33 Les modalités de la formation
- 34 La pédagogie
- 35 Une pédagogie professionnalisaante
- 36 L'équipe de l'École Internationale de Coaching
- 37 Les métiers du coaching
- 38 Le groupe de référence de l'accompagnement



Opter pour une **formation à distance** de l'**École Internationale de Coaching** marque de façon décisive **un choix de vie autant qu'un choix de formation.**

**Suivre un programme à distance de l'Ecole Internationale de Coaching est un choix judicieux pour qui veut accélérer, relancer ou réorienter sa carrière.**

Il s'agit d'acquérir rapidement **de nouvelles connaissances**, d'obtenir **une compétence de coach professionnel** et de s'améliorer en matière de savoir-être et de savoir-faire. C'est également l'opportunité de se familiariser avec le mode de fonctionnement des coachs professionnels, grâce à une pédagogie associant professeurs et professionnels en activité et cela sans vous déplacer de votre domicile et en adéquation avec votre rythme de vie privée et professionnelle.

**Cette évolution ambitieuse** est possible grâce à la légitimité de notre Ecole. L'Ecole Internationale de Coaching est une signature respectée et reconnue auprès du monde du coaching et de la formation à distance pour adulte.

**Cette visibilité se justifie par le contenu des formations dispensées**, qui sait s'adapter aux attentes de chaque stagiaire par les classes virtuelles qui font notre renommée.

L'Ecole Internationale de Coaching développe **un programme Master Coach à distance en phase avec le monde moderne**, tourné vers les autres, en restant à l'écoute de ses stagiaires, de ses partenaires et du marché du coaching.

***L'équipe de l'École Internationale de Coaching***

Pourquoi choisir l'

ECOLE INTERNATIONALE  
**EIC**  
DE COACHING

**L'organisme de référence  
de la formation coaching à distance**



*Notre engagement Qualité :  
LA RÉUSSITE DE VOTRE PROJET !*



- ✓ *Une formation certifiante et reconnue à l'international*
- ✓ *Une pédagogie innovante et progressive alliant e-learning et classes virtuelles en direct*
- ✓ *Le métier de Praticien PNL : une compétence très prisée sur le marché*
- ✓ *Une compétence qui favorise votre employabilité*
- ✓ *Des programmes et des formateurs de haut niveau*
- ✓ *Un parcours personnalisé pendant la formation*

**EIC**

*L' École Internationale de Coaching  
est le meilleur atout  
pour votre réussite !*



**LE PLUS**  
**Votre site extranet dédié**

*Vous avez accès à un site extranet dédié qui permet une meilleure préparation des modules et favorise le suivi à distance. Vous disposez d'une base documentaire ainsi que d'outils d'auto-formation.*

# Notre CURSUS

## **Formation Master Coach**

Vous souhaitez faire du coaching votre métier ou l'une des voies possibles de votre orientation ou réorientation professionnelle.



## **Certifications Technicien & Praticien PNL**



## **1 spécialisation Métier OFFERTE**

Coach en entreprise ou Coach de Vie ou Coach Scolaire ou Préparateur mental du sport

## **OU programme praticien Soft Skills OFFERT**

Gestion du Stress + Gestion du Temps + Prise de parole en public + Médiation + La confiance en soi + La communication assertive



## **Le programme STARTER COACH**

Pour réussir le lancement de votre projet coaching



## **Certification**

# Le calendrier de la formation coaching

**100% à distance**

## **Master Coach certifié + Technicien et Praticien PNL certifié**

**Master coach** : 17 sessions en soirée en direct de 19h à 21h30 avec le formateur 100% à distance et accès aux cours en replay

**Technicien et Praticien PNL** : 11 sessions 100% à distance + 3 sessions pratiques 100% virtuelles

Double certification : Master Coach certifié + Technicien et Praticien PNL certifiés

### **SESSION SOIRÉE DÉMARRAGE 27 NOVEMBRE 2025 (19H À 21H30) REPLAYS DISPONIBLES**

Introspections :	28 janvier 2026 - 4 février 2026 - 18 février 2026	
Classe virtuelle 1	Présentation du coaching	25 février 2026
Classe virtuelle 2	Les 8 étapes	2 mars 2026
Classe virtuelle 3	Les 8 étapes Partie 2	16 mars 2026
Classe virtuelle 4	Fin des 8 étapes	18 mars 2026
Classe virtuelle 5	Atelier pratique en binôme	23 mars 2026
Classe virtuelle 6	Les valeurs et les limites	31 mars 2026
Classe virtuelle 7	Les besoins et l'envie	15 avril 2026
Classe virtuelle 8	La communication	22 avril 2026
Classe virtuelle 9	Le coaching des tranches d'âge	27 avril 2026
Classe virtuelle 10	Atelier pratique en binôme	6 mai 2026
Classe virtuelle 11	Coaching des talents et remotivation	13 mai 2026
Classe virtuelle 12	L'estime de soi	20 mai 2026
Classe virtuelle 13	Le changement	27 mai 2026
Classe virtuelle 14	La charge mentale	4 juin 2026
Classe virtuelle 15	L'intelligence émotionnelle	15 juin 2026
Classe virtuelle 16	La responsabilité. Coaching Flash Grow et CNV	22 juin 2026
Classe virtuelle 17	Évaluation	2 juillet 2026



**1 spécialisation offerte** à choisir entre Coach entreprise ou Coach de vie ou Coach Scolaire ou Préparateur mental du sport

**OU programme praticien Soft Skills OFFERT**

Gestion du Stress + Gestion du Temps  
+ Prise de parole en public + Médiation  
+ La confiance en soi + La communication assertive



**Cursus Starter coach**

**1 500 € net**

pour les particuliers et asbl non assujetties TVA

**1 500 € HT**

pour les entreprises et asbl assujetties TVA

# Le calendrier de la formation PNL et du cursus Soft Skills

**100% à distance**

## TECHNICIEN PNL

Classe virtuelle 1	Les fondements de la PNL - Métaprogrammes	20 mai 2026
E-learning 1	Technicien	27 mai 2026
Classe virtuelle 2	VAKOG-Présupposés - Sa carte du monde	3 juin 2026
E-learning 2	Mise à jour des fondements de l'individu - Le feedback	5 juin 2026
Classe virtuelle 3	Rapport - Synchronisation - L'art de poser les bonnes questions - Perceptions	10 juin 2026
Classe virtuelle 4	L'objectif, le SCORE et Visualision progressive de l'objectif	17 juin 2026
Classe virtuelle 5	Exercices pratiques en binômes	20 juin 2026

## PRATICIEN PNL

Classe virtuelle 1	Pratique en binôme	24 juin 2026
Classe virtuelle 2	Les niveaux logique - La préparation mentale - Les ponts	30 juin 2026
Classe virtuelle 3	Les ancrages - les auto-ancrages et la dissociation d'ancres	8 juillet 2026
E-learning 3	Enregistrement des protocoles	10 juillet 2026
Classe virtuelle 4	Le SQUASH et le recadrage en 6 points	31 août 2026
Classe virtuelle 5	Pratique en binôme	7 septembre 2026
Classe virtuelle 6	Les croyances qui nous nuisent	14 septembre 2026
Classe virtuelle 7	Le SWISH et le brouillage	21 septembre 2026
E-learning 4	Bibliographie	
Certification	Évaluation finale	5 octobre 2026

## La formation Soft Skills 100% EN LIGNE

La gestion des conflits.

La gestion du Stress.

La confiance en soi.

La gestion du temps.

Prise de parole en public.

L'assertivité

## Le Master Coach à distance : une formation diplômante



Un diplôme reconnu pour exercer le métier de Coach

Devenir Coach Professionnel dans les domaines du life coaching et de l'entreprise  
grâce à une formation à distance

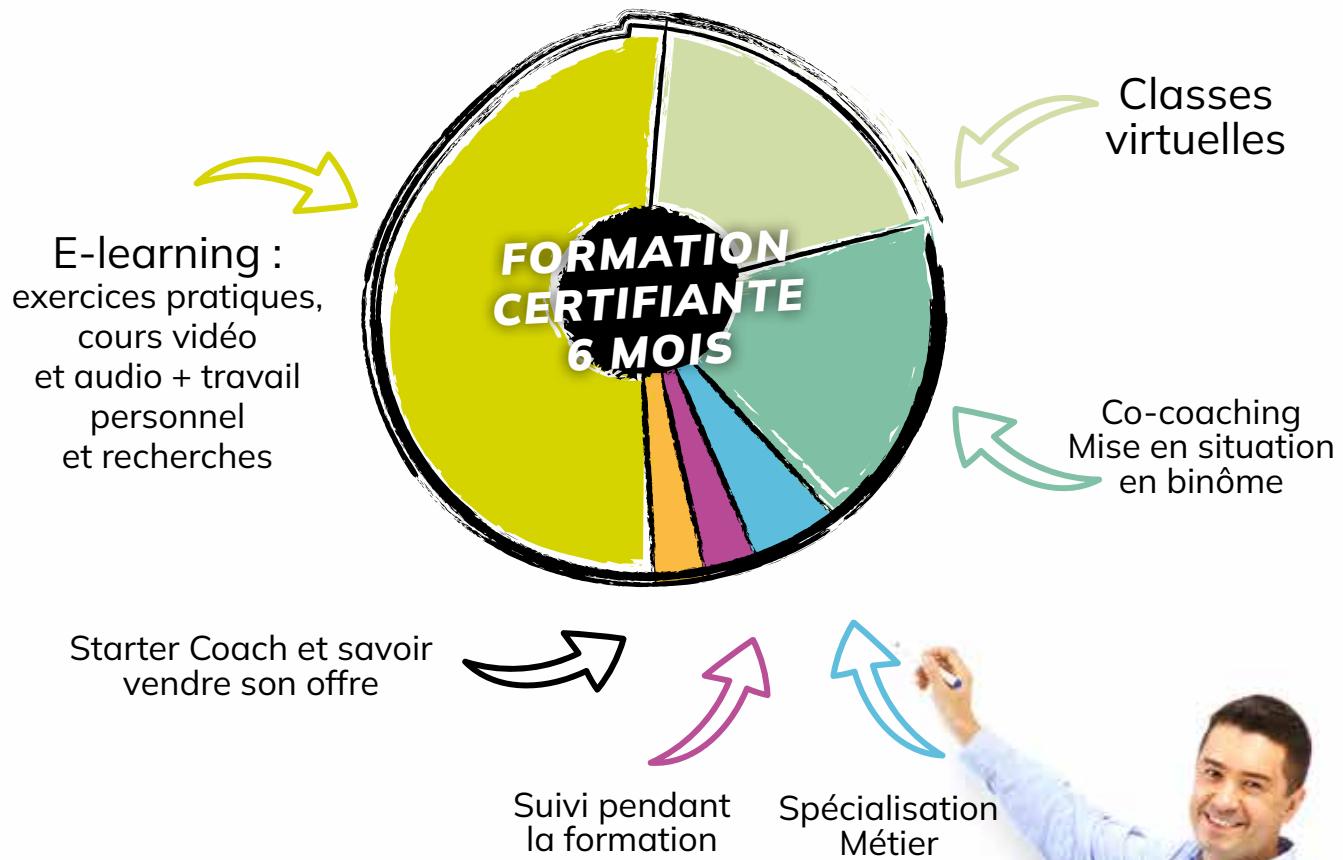
Une formation à distance complète et axée sur la pratique

# EIC

## Le cursus Master Coach



*Le cursus Master Coach en 6 mois !*



## Le programme pédagogique MASTER COACH

### MODULE 1

#### *Les bases du coaching*

Les origines et l'évolution du coaching  
Définitions et concepts clés  
Les grands courants de pensée du coaching  
La pensée positive comme levier d'action  
Le système de valeurs personnelles  
Les croyances limitantes et les ressources internes  
Le quotient émotionnel (QE) et son rôle dans la réussite

pyramide de Maslow

Formaliser la relation  
à travers le contrat de coaching

### MODULE 3

#### *L'art du questionnement*

Les différentes typologies de questions  
L'impact du langage et des filtres sémantiques  
Construire une stratégie de questionnement  
orientée objectif

### MODULE 2

#### *Les fondamentaux de l'entretien de coaching*

Le cadre et les 8 étapes du processus de coaching  
Le premier entretien : accueil et exploration  
Définir et analyser la demande du coaché  
L'écoute active et la reformulation  
Les outils de résolution de problèmes :  
reprise de contrôle et méthode SWOT  
Identifier les valeurs profondes du coaché  
Analyser les besoins et motivations à travers la

### MODULE 4

#### *La posture professionnelle du coach*

La relation coach-coaché : équilibre et alliance  
Les fondements de confiance,  
de respect et de confidentialité  
La déontologie et la charte du coach  
professionnel  
Le rôle et la trace de l'écrit  
dans le processus d'accompagnement  
Le positionnement juste du coach  
face au coaché

## **MODULE 5**

### *Les techniques de communication*

Les principes de la communication bienveillante et non violente  
Les apports de l'école de Palo Alto :  
L'écoute active  
La reformulation constructive  
Le décodage du langage verbal et non verbal

## **MODULE 6**

### *Les clés de la motivation*

Le modèle V.I.E. de Victor Vroom  
Se motiver grâce à l'alignement personnel :  
La roue des valeurs  
L'équilibre entre les sphères de vie  
Le parcours de vie et ses enseignements  
Libérer son quotidien des « parasites » énergétiques

## **MODULE 7**

### *Les leviers du coaching*

Identifier et valoriser ses talents  
Comprendre les cycles de vie  
Explorer les étapes et les âges clés du développement personnel

## **MODULE 8**

### *Le processus de changement*

La dynamique psychologique du changement  
La courbe d'adaptation (d'après le Dr Kübler-Ross)  
Accompagner efficacement la transformation  
Renforcer la confiance et l'estime de soi : changer pour une vie plus épanouie

## **MODULE 9**

### *La gestion de la charge mentale*

Optimiser son organisation et la gestion du temps  
Alléger la charge mentale au quotidien  
Clarifier sa mission de vie  
Se libérer du sentiment de culpabilité

## **MODULE 10**

### *L'analyse transactionnelle*

Comprendre les messages contraignants et les « drivers »  
Le triangle dramatique de Karpman : sortir des jeux psychologiques

## **MODULE 11**

### *Les approches du coaching*

Le coaching express ou « Flash Coaching »  
Le modèle motivationnel d'Apter  
Le modèle GROW : une méthode structurée d'accompagnement

## **MODULE 12**

### *L'intelligence émotionnelle*

Comprendre ce qu'est l'intelligence émotionnelle  
Apprendre le langage des émotions  
Cultiver l'authenticité et la justesse émotionnelle

## La certification Technicien + Praticien PNL



Notre mission :

vous permettre de réaliser un métier passion avec tous les outils,  
toutes les connaissances et la légitimité pour exercer et vivre de votre activité.

# La certification Technicien + Praticien PNL

**100%  
à distance**

Soit  
**11 classes  
100% à distance  
et 3 classes pratiques  
virtuelles en soirée**

**100%  
à distance**

 Supports vidéo

 Plateforme E-learning  
(travail de recherche, lectures)

 Accompagnement projet

 Examen

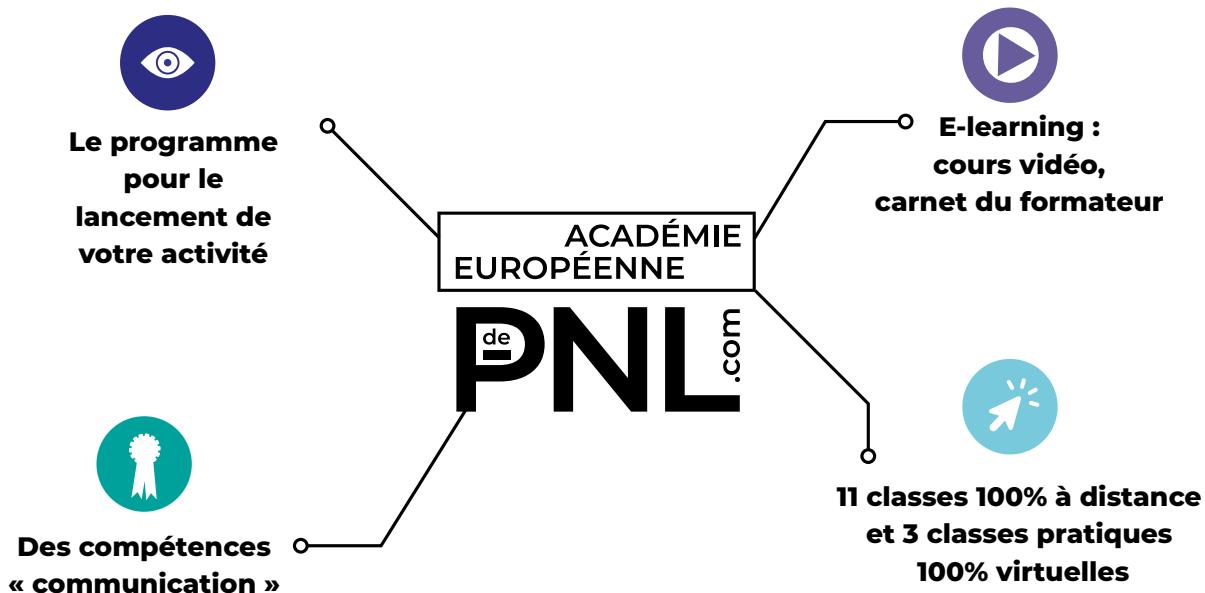
**Le cursus  
Technicien +  
Praticien PNL**

**100%  
à distance**



## **La formation PNL double certification**

**Certification  
de Technicien  
et Praticien en  
Programmation  
NeuroLinguistique**





## Le programme pédagogique Technicien PNL

### MODULE 1

#### *Définition de la PNL*

- Histoire et origine de la PNL
- Qu'est-ce que la PNL ?
- Concept de la PNL
- Caractéristiques de la PNL
- Cadre d'intervention et champs d'application de la PNL
- Différents aspects de la démarche PNL

### MODULE 2

#### *Les 7 principes de bases de la PNL*

- La carte n'est pas le territoire
- Les ressources se trouvent en moi
- L'erreur est une source d'apprentissage
- On ne peut pas ne pas communiquer
- La relation est plus importante que l'échange d'informations
- L'attitude et le positionnement « gagnant/gagnant » facilitent les relations humaines
- Tout comportement à une fonction positive

### MODULE 3

#### *Techniques de bases de la PNL*

- La synchronisation
- Le méta modèle
- Détermination de l'objectif : état présent et désiré
- L'ancre
- Les positions de perception
- Le feed-back
- Les niveaux logiques
- Exercices

### MODULE 4

#### *Les cartes du monde*

- Carte personnelle
- Le 3 filtres de la carte du monde :  
Filtres psychologiques  
Filtres socioculturels  
Filtres individuels
- Vision du monde
- Généralisation et distorsion
- Critères de croyances et mémoire
- La perception
- Les différentes réactions : conscientes et inconscientes
- Exercices



## Le programme pédagogique Praticien PNL

### MODULE 5

#### *Les relations*

- Établir le contact et entretenir le rapport
- Climat relationnel
- Respect de l'interlocuteur
- Synchronisation corporelle
- Expérience sensorielle
- Chevauchement
- Mouvements oculaires
- Exercices

### MODULE 6

#### *Les stratégies et ressources*

- Différents types de stratégies
- Identification des ressources
- Moyens d'accès aux ressources
- Modèle TOTE
- Questionnements
- Exercices

### MODULE 7

#### *Les modalités et perceptions*

- Modalités
- Sous modalités internes : les 5 sens
- Sous modalités externes
- Dissociations :
  - Dissociation simple
  - Dissociation double
- Positions perceptives

### MODULE 8

#### *Recadrages*

- Recadrage du contenu
- Recadrage des systèmes
- Recadrage de processus

### MODULE 9

#### *Le changement*

- Négocier avec soi-même
- Générateur de comportement
- Les Croyances
- Associer conscient et inconscient
- Changements accélérés
- Changer son histoire
- La ligne du temps

### MODULE 10

#### *Les métaphores*

- Les différents types de métaphores : analogies, isomorphiques
- Créer une métaphore
- Le modèle d'O'Hanlon

### MODULE 11

#### *Introduction à l'hypnose*

- Qu'est-ce que l'hypnose ?



## Le praticien Soft Skills

- ✓ **La gestion du Stress**
- ✓ **La gestion du temps**
- ✓ **Prise de parole en public**
- ✓ **La gestion des conflits**
- ✓ **La confiance en soi**
- ✓ **La communication assertive**



Les soft skills sont des compétences relatives à la manière de se comporter ou d'agir. Elles sont le plus souvent transposables et réutilisables : c'est en cela qu'elles intéressent les recruteurs, car elles prouvent la capacité du futur employé à évoluer sur différentes missions, postes, voire métiers.



# Gestion du Stress

**Gérer son stress est devenu essentiel dans une société en perpétuel changement.**

Notre mode de vie actuel engendre un stress chronique qui met notre mental et notre physique à rude épreuve. Ce stress épouse et a un impact très fort sur les relations : irritabilité, manque de confiance en soi, agressivité, relations dégradées. Le stress touche tous les domaines de vie. Les demandes d'accompagnement sur la gestion du stress sont en forte hausse car c'est un accompagnement qui permet d'aider les personnes à prendre du recul sur les différentes situations du quotidien, éliminer le mauvais stress, améliorer la productivité et avoir de meilleures relations avec son entourage. La gestion du stress est un incontournable des soft skills.

## OBJECTIFS

Donner à un groupe ou à un individu les outils pour :

- Connaître et comprendre les mécanismes du stress
- Identifier son attitude face au stress
- Faire le diagnostic des domaines sur lesquels on peut agir
- Reprendre le contrôle, gérer les stresseurs
- Faire face aux sollicitations
- Poser ses limites en évitant le conflit grâce à des outils de communication non-violente

## SUPPORTS FOURNIS

Repartez avec la boîte à outils en fin de session.

## POINTS FORTS

Une formation exceptionnelle et unique car cette approche favorise l'interaction entre action et réflexion afin de permettre une adaptation personnelle de la problématique du stress.

## 1. Les mécanismes du stress

Echanges à partir du vécu de chaque participant  
Qu'est-ce que le stress ? La théorie de Hans Selye

Les 3 phases du processus d'adaptation  
Auto-évaluation : comment percevez-vous votre stress ?

## 2. Les facteurs de stress

Les stresseurs physiologiques et psychologiques

Les positions de vie

Les pilotes clandestins

Auto-évaluation : identifier ses stresseurs

## 3. Limiter l'impact physique du stress

Auto-évaluation : mon niveau de fatigue

La dynamique de l'énergie

Les techniques de détente

## 4. Reprendre le contrôle

Le stress et la notion de contrôle

Les cercles de préoccupation

Investir sa zone de contrôle

Auto-évaluation : ma zone d'influence

## 5. Se protéger des intrusions

Définir ses frontières

Poser ses limites

Faire respecter ses frontières

## 6. S'adapter et lâcher prise

Augmenter sa capacité à faire face

Exercer son optimisme

## 7. Gérer la relation

Les outils de la communication non-violente

Le vocabulaire des sentiments et du ressenti

Demander pour obtenir

## 8. Elaborer son plan d'action

## 9. Méthodes de respiration

## PROGRAMME



# Gestion du temps

**La gestion du temps fait partie de notre quotidien.**

Une bonne gestion du temps permet d'être plus productif, réduire la pression, éviter le surmenage et gagner en efficacité. Que ce soit dans la vie professionnelle ou personnelle, nous devons faire face à des délais de plus en plus serrés. Gérer son temps c'est aussi choisir et prioriser ses différentes activités. L'objectif de la gestion du temps permet de faire un meilleur usage de son temps, libérer du temps pour les autres et pour d'autres activités positives pour soi. Devenez un maître dans l'art de la gestion du temps grâce à ce module et aider les autres à mieux gérer leur temps et être plus sereins et heureux.

## OBJECTIFS

Bien gérer son temps est devenu primordial au vu du temps de travail et des effectifs réduits avec des tâches toujours aussi nombreuses.

Nous pouvons gagner entre 10 à 20 % d'efficacité en développant notre intelligence organisationnelle. Cette formation a pour objectif de donner à un groupe ou à un individu les outils pour améliorer de façon durable sa gestion du temps.

## SUPPORTS FOURNIS

Repartez avec la boîte à outils en fin de session.

## POINTS FORTS

Des outils formatés et efficaces.  
Une formation construite et réalisée par une spécialiste de la gestion du temps.

**Ce support de cours Gestion du temps comprend 5 grandes parties.**

### Introduction

Nature et perception du temps

Métaphores du temps

La gestion du temps... une véritable industrie !

### 1. Problèmes et solutions

Problèmes typiques de gestion du temps  
Approches possibles pour trouver des solutions

### 2. Quelques modèles et leurs applications

Activités de groupe  
Apports théoriques (Parkinson, Pareto)  
Matrice d'Eisenhower

### 3. Influence de la personnalité sur la gestion du temps

Activité de groupe : décoder l'influence des préférences

### 4. Les voleurs de temps et la procrastination

Les voleurs de temps  
L'audit des activités  
La procrastination  
Utiliser au mieux la technologie... et les temps morts  
Une métaphore efficace

### Conclusion

Points forts

- Une formation basée sur l'expérimentation qui utilise le vécu des participants et le vécu en stage.
- Une formation apprenante de la première à la dernière minute.
- Des méthodes et outils concrets transposables dans n'importe quel contexte.
- Une large place accordée aux dimensions personnelle et relationnelle du temps pour un meilleur équilibre de vie et une efficacité durable.

PROGRAMME



# Prise de parole en public

Communiquer en public avec aisance est devenu une compétence nécessaire.

Vous êtes amené à prendre la parole régulièrement devant un public et/ou vous souhaitez accompagner des personnes pour prendre la parole.

Prendre la parole n'est pas une compétence innée, ça se travaille.

Un bon discours n'a pas d'impact sans une bonne préparation, de bonnes techniques et une bonne posture. Bonne nouvelle, il existe des méthodes et des outils efficace pour produire un intervention réussie, captivante et impactante.

## OBJECTIFS

Donner à un groupe ou à un individu les outils pour :

- Exceller dans la prise de parole en public.
- Repérer ses atouts et points faibles.
- Valoriser son image et affirmer son style.
- Structurer un message synthétique et percutant.
- Gagner en assurance dans ses interventions.
- Harmoniser discours, comportement et image.

## SUPPORTS FOURNIS

Repartez avec la boîte à outil en fin de session.

## POINTS FORTS

Un formation qui vous donne les atouts pour réaliser des prestations d'accompagnement, de prise de parole en public alliant des techniques de coaching et tous les outils de la communication en public.

Ce support de cours Prise en Parole en Public comprend 4 grandes parties.

### **La première aborde les notions générales de la communication.**

Elle traite par exemple de la gestion du trac ainsi que de la règle essentielle pour réussir tous ses discours.

### **La deuxième aborde les relations avec son auditoire.**

Comment faire bonne impression, comment poser les bonnes questions, comment rester en contact avec son auditoire.

### **La troisième aborde le thème de la construction de son discours.**

Quelles questions se poser avant d'intervenir? Comment trouver des idées, faire une introduction et conclure son discours ?

### **La quatrième traite de l'argumentation efficace du discours.**

Elle tient compte des cerveaux gauche et droit de son auditoire : la technique du plan 4A.

De plus avec ce support de cours « Prise en Parole en Public » de nombreux exercices et cas pratiques sont fournis afin de se tester et d'améliorer ses prestations devant un auditoire. Et pour une meilleure compréhension, vous avez un fichier présentant tous les commentaires de notre expert vous expliquant chaque diapositive sur la prise de parole en public.

PROGRAMME



# Médiation / Prévenir et gérer les conflits

Nous vivons dans une période de changement importants. Prévenir et gérer les conflits dans sa vie professionnelle et personnelle est une nécessité. Il est donc important d'identifier les causes et sources de conflits pour trouver des solutions adaptées. Il existe différents types de conflits liés à des points de vues divergents, des personnalités incompatibles, au mauvais fonctionnement de l'équipe dans le travail, des conflits intergénérationnels ou culturels. Le conflit est énergivore, dégrade les relations et la qualité de vie. Il peut se manifester par de petites tensions mais peut aussi engendrer de l'agressivité physique voire même verbale.

L'objectif est de proposer un accompagnement, des outils et des préconisations qui permettront de faire évoluer un individu ou un groupe vers une meilleure communication, une écoute active, de la bienveillance, de la Communication non violente et de l'empathie et l'adoption d'une attitude constructive afin de prévenir l'émergence de conflits et/ou en favoriser la résolution.

## OBJECTIFS

Donner à un groupe ou à un individu les outils pour :

- Identifier les sources des conflits.
- Diagnostiquer et analyser les différents types de conflits
- Réguler et traiter les tensions au quotidien
- Adopter une posture et une communication efficace
- Utiliser les outils pour désamorcer et résoudre les conflits

## SUPPORTS FOURNIS

Repartez avec la boîte à outils en fin de session.

## POINTS FORTS

La formation permet un focus particulier sur les conflits interpersonnels et des mises en situation fictives pour apprendre à utiliser l'assertivité et la communication non-violente dans la gestion des conflits.

## PROGRAMME

### 1. Différencier problème, désaccord, tension et conflit

Qu'est-ce qu'un conflit ?

Connaître les principales sources et la genèse des conflits

Caractériser la nature et le niveau d'un conflit

### 2. Acquérir des méthodes d'analyse

Identifier les causes des conflits et les signes avant-coureurs

Diagnostiquer son mode d'intervention

### 3. Gérer le niveau de son intervention

Les 4 niveaux d'intervention : prévenir, anticiper, désamorcer, résoudre

### 4. Utiliser les mécanismes de la communication

Approche de la personnalité et des comportements

Identifier son style relationnel et ses contraintes personnelles : autodiagnostic

Adapter sa posture et son mode de communication aux situations, aux contextes et aux personnes

Mieux gérer ses émotions, ses pensées et tensions internes par l'assertivité

### 5. Répondre aux comportements déstabilisants.

La Médiation.

Déceler et éviter les postures conflictuelles

Repérer les 3 conduites inefficaces : passivité, agressivité, manipulation

### 6. Les outils

Utiliser les outils de la communication : écouter, reformuler, questionner, pratiquer l'empathie

Utiliser les outils de résolution de conflits : DESC, négociation, médiation, compromis, modification de la perception individuelle



# La confiance en soi

La confiance en soi est indispensable pour atteindre ses objectifs, et ainsi, réaliser ses rêves.

Toute réussite commence dans la tête. Ce que nous pensons, impacte profondément sur ce que nous faisons.

Le fait de se sentir capable, fortifie considérablement la mobilisation de nos ressources et de nos capacités.

Celui qui pense réussir se donne plus facilement les moyens de réussir. La confiance en soi a donc un réel impact sur votre motivation. Avoir confiance en soi, c'est se savoir en mesure d'affronter une situation, et donc ressentir un sentiment de sécurité vis-à-vis de cette dernière. Ce sentiment de sécurité permet d'agir mieux, et dans de meilleures conditions. Grâce à cette formation vous aller pouvoir acquérir des outils pour mieux gérer les situations personnelles et professionnelles et trouver un véritable équilibre qui vous permettra de dégager une véritable confiance en vous.

## OBJECTIFS

- Déterminer la notion de confiance en soi et d'estime de soi
- Développer ses ressources internes pour construire sa confiance
- Acquérir des outils de communication vous permettant de prendre confiance en vous
- Modifier sa posture face aux clients ou aux collègues et sortir de la discussion en dégageant de l'assurance et du professionnalisme
- Aborder avec efficacité un entretien et laisser une image positive

## SUPPORTS FOURNIS

Repartez avec la boîte à outils en fin de session.

## POINTS FORTS

Un parcours personnalisé en distanciel.  
Des outils clés et des trainings pour une application en situation réelle.

## Clarifier le concept de confiance en soi

- Déterminer la notion de confiance en soi et d'estime de soi
- Développer ses ressources internes pour construire sa confiance
- Acquérir des outils de communication vous permettant de prendre confiance en vous
- Modifier sa posture face aux clients ou aux collègues et sortir de la discussion en dégageant de l'assurance et du professionnalisme
- Aborder avec efficacité un entretien et laisser une image positive

## Prendre conscience de son niveau d'estime de soi

- Mesurer son niveau d'estime de soi
- Recevoir des feedbacks sur l'image de soi : imagerie mentale, auto-perception, feedbacks
- Se positionner à l'aide d'un autodiagnostic et des concepts
- Accéder à l'estime de soi par le développement personnel
- Repérer dans quelle mesure, la façon dont nous percevons les autres reflète la façon dont nous nous percevons nous mêmes
- Prendre conscience de ses mécanismes de défense et les dépasser

## Développer la confiance en soi en lien avec les aspirations profondes

- Évaluer l'écart entre soi et l'idéal de soi
- Définir concrètement la personne que je veux être
- Lever ses obstacles personnels à une bonne estime de soi
- S'approprier les méthodes pour développer l'estime de soi
- Choisir d'avoir un niveau d'estime de soi élevé
- Appréhender les conséquences de l'estime de soi sur la relation
- Inspirer confiance à ses interlocuteurs

PROGRAMME



# La communication assertive

S'affirmer sans crainte ni agressivité dans ses relations professionnelles est une clé très importante aujourd'hui pour réussir avec les autres. Cette formation d'initiation aux outils aide à développer son attitude pour s'affirmer positivement dans ses relations.

Les techniques de l'assertivité permettent de faire face aux situations de tensions quotidiennes courantes et d'éviter d'en générer soi-même. Cette méthode permet de limiter l'agressivité, la passivité ou la manipulation dans les relations habituelles. Parfois, en fonction de notre tempérament, du contexte ou de notre interlocuteur, nous n'osons pas exprimer notre opinion, dire non, par peur de blesser l'autre ou de le décevoir. D'autres fois, nous avons tendance à vouloir imposer notre point de vue à tout prix, au risque de paraître autoritaires, voire agressifs.

Être assertif, c'est être capable d'exprimer son point de vue, dans le respect mutuel. C'est aussi être vrai envers soi et les autres. Cette formation vous permettra, au départ de situations concrètes de votre vie professionnelle et d'exercices pratiques, d'apprendre à parler vrai, tout en restant attentif aux autres.

## OBJECTIFS

- Aborder les bases de la communication orale et comprendre les attitudes
- Communiquer en respectant ses interlocuteurs et en se faisant respecter
- Adapter son mode de communication à son interlocuteur
- Aborder avec efficacité toute situation

## SUPPORTS FOURNIS

Repartez avec la boîte à outils en fin de session.

## POINTS FORTS

Des outils de communication modernes et efficaces.

## 1. Mieux se connaître pour mieux s'affirmer dans son environnement professionnel

- Identifier ses tendances comportementales sous stress.
- Découvrir les quatre classes de comportements. Autodiagnostic : questionnaire d'autoévaluation.

## 2. Utiliser les outils de l'assertivité et de l'affirmation de soi

- Développer ses capacités d'écoute.
- Mettre l'empathie au service de sa communication.
- Choisir la bonne technique de reformulation.
- Ne pas craindre le silence.

*Mise en situation : utilisation de techniques d'écoute lors d'un entretien.*

## 3. Mettre en œuvre les techniques d'affirmation de soi

- Critiquer de façon constructive et positive.
- Développer ses aptitudes à prévenir les conflits.
- Savoir dire non avec diplomatie et détermination.
- Répondre à une critique et faire face à un interlocuteur agressif.
- Gérer une « allergie » relationnelle.

*Mise en situation : s'affirmer au sein d'une équipe, auprès de sa hiérarchie, parmi ses pairs, en réunion et en face à face.*

## 4. Mieux communiquer pour convaincre et faire partager ses idées

- Oser demander des explications, des informations ou une clarification.
- Relancer ses demandes non abouties avec fermeté et efficacité.
- Annoncer un changement ou une décision « impopulaire » et gérer les résistances.
- Comprendre d'abord les besoins, valeurs de l'autre pour mieux vendre ses idées.
- Gérer les objections.
- Développer son argumentation.



PROGRAMME

## Le programme Starter Coach



Tous les outils et le programme complet  
pour réussir le lancement de votre projet coaching  
en toute sérénité et sécurité



Vous envisagez de vous lancer en tant qu'indépendant dans le métier qui vous passionne... le parcours STARTER COACH est là pour vous aider!



### Devenir indépendant soulève de nombreuses questions...

Mon projet est-il réaliste ? Ai-je envie de travailler seul(e) ou avec un associé ? Quels statuts existent sur le marché ? Comment vais-je trouver des clients ? Est-ce financièrement viable ? Quel canal de vente choisir ? Comment mes futurs clients vont me trouver ? Quels tarifs vais-je proposer ?

**Un lancement d'activité demande une bonne préparation et une vision claire de votre projet** et c'est pour cela que l'Ecole Internationale de Coaching a décidé de vous offrir un programme complet pour vous lancer dans votre nouvelle activité en toute sérénité et sécurité.

**Ce programme vous permet d'accéder à tous les outils nécessaires à la création de votre entreprise.** Plusieurs outils de business plan et d'études de marché sont à votre disposition pour préparer au mieux votre lancement d'activité.

**Le formateur à l'origine de ce programme est un « serial entrepreneur »** qui a créé de nombreuses entreprises en Europe et qui maîtrise parfaitement le processus d'une création d'activité réussie.

## NOS PETITS CONSEILS POUR CRÉER VOTRE ACTIVITÉ

1

Croyez en vous et en votre potentiel

2

Faire un inventaire de vos atouts et de vos faiblesses

3

Élaborez une offre en phase avec le marché

4

Recherchez des ressources afin d'avoir des compétences complémentaires

5

Parlez de votre projet de création d'entreprise autour de vous

6

Entourez-vous de personnes (conjoint, amis, famille, associés, conseillers...) qui croient en vous et savent vous rebooster dans les moments difficiles.

## Nos spécialisations Métiers



Des spécialisations qui vous permettront d'exercer les métiers

de coach entreprise, de coach de vie,  
de coach scolaire et de préparateur mental du sport

Apprendre à trouver des clients et vendre ses prestations

# Coach en entreprise

Le coaching d'entreprises consiste à accompagner les entreprises afin d'améliorer leurs performances tout en gardant l'humain au centre de l'entreprise. Le coach d'entreprises propose une méthodologie très pragmatique pour atteindre les objectifs professionnels et personnels des managers, des équipes et des dirigeants. Au cours de ses interventions régulières, le Coach d'entreprises, véritable accompagnateur du changement, va aider son client à prendre conscience du potentiel inexploité qu'il possède pour ensuite lui apporter des outils et méthodes très concrètes. Avec une boîte à outils très riche il va aider à mettre en place des plans d'actions structurés et pérennes.

## PRÉREQUIS

Certification Master Coach.

## OBJECTIFS

Dévoiler les enjeux et les spécificités du coaching par rapport au conseil-expert, et par rapport au développement professionnel ;

Mettre en perspective les enjeux éthiques de la position de coach, dans et hors de l'entreprise ;

## MÉTHODES

### PÉDAGOGIQUES

Apports théoriques  
Techniques d'écoute, de questionnement et de communication

Utilisation d'outils, concepts et méthodes spécifiques du coach certifié  
Strict respect de

la déontologie :  
professionnalisme, éthique, respect, confidentialité et intégrité.

## RÉSULTATS

A l'issue de la formation, le coach d'entreprise doit savoir intégrer les outils qu'il aura assimilés dans le cadre de l'innovation, du changement dans l'entreprise, dans le développement stratégique, dans la résolution des dysfonctionnements et dans la cohésion au sein de l'entreprise qui sont les périmètres d'interventions des managers et des dirigeants. La méthode pédagogique innovante et efficace de l'école est immédiatement applicable sur le terrain grâce à des outils déjà formalisés dans une boîte à outils.

## PROGRAMME

### Module 1. Acquérir la posture et les outils du coach de managers

#### 1. Les rôles et missions du responsable d'équipe

- Connaître son rôle, ses missions et ses responsabilités
- Comprendre les 3 principes de base du management : structurer et définir un cadre de travail, fixer des objectifs, communiquer
- Développer une expertise du coach de managers : distinguer compétences techniques et compétences managériales
- Découvrir la valeur ajoutée du manager
- Restituer l'importance et le rôle de l'humain dans la fonction managériale

#### 2. Le pouvoir du manager d'équipe

- Identifier les sources du pouvoir
- Comprendre les mécanismes relationnels et jeux de pouvoir entre managers et collaborateurs

#### 3. Apprendre au coaché à développer l'autonomie et la motivation de ses collaborateurs

- Comprendre les mécanismes de l'autonomie
- Mesurer et évaluer l'autonomie des collaborateurs
- Comprendre les moteurs de la motivation et de l'implication

### Module 2. Acquérir la posture et les outils du coach d'équipes

- S'approprier la posture, le cadre, les processus, les méthodes et les outils du coach d'équipes.
- La méthode PERFORM, le hérisson de Jim Collins
- Maîtriser la gestion de réunions : les réunions déléguées
- Travailler la légitimité du coach d'équipes

## POINTS FORTS

**Au-delà des contenus, cette formation donne des clés sur les processus de groupe et sur les liens qui se font entre la théorie et la pratique professionnelle sur le terrain. Cette formation permet d'alterner théorie et pratique managériale afin d'intégrer de façon durable des pratiques efficaces.**



# Coach de vie

Le life coach ou coach de vie aide le coaché à créer un véritable projet de vie, tenant compte d'un équilibre entre vie professionnelle et vie affective. Le coaching personnel ou coaching de vie est une approche holistique de la personne où le client est un sujet libre et responsable. Il est capable de comprendre ses problèmes, de déterminer et d'utiliser ses valeurs et ses aspirations profondes. Le coach l'aide à définir ses propres objectifs et l'incite à aller vers leur réalisation concrète. Le coaching personnel et le coaching de vie sont des approches novatrices.

### POUR QUI ?

Cette formation est ouverte à tous ceux qui :

- Souhaitent accompagner des personnes dans des transitions importantes de leur vie,
- Veulent aider des individus sur des thématiques de confiance en soi, de gestion du stress, de communication non violente, de gestion des émotions...
- Ont un projet professionnel orienté vers un métier d'aide à la relation.

### PRÉREQUIS

Master Coach.

### OBJECTIFS

Donner à un groupe de formation ou à un individu les outils pour :

- S'affirmer.
- Gagner en estime de soi et donc en crédibilité.
- Avoir confiance en soi pour gérer son stress, les situations difficiles et ne pas reproduire ses erreurs.

### MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

Apports théoriques

### MODULE 1

La pratique du coaching de vie

### MODULE 2

Les Valeurs

### MODULE 3

La gestion des émotions et la confiance en soi

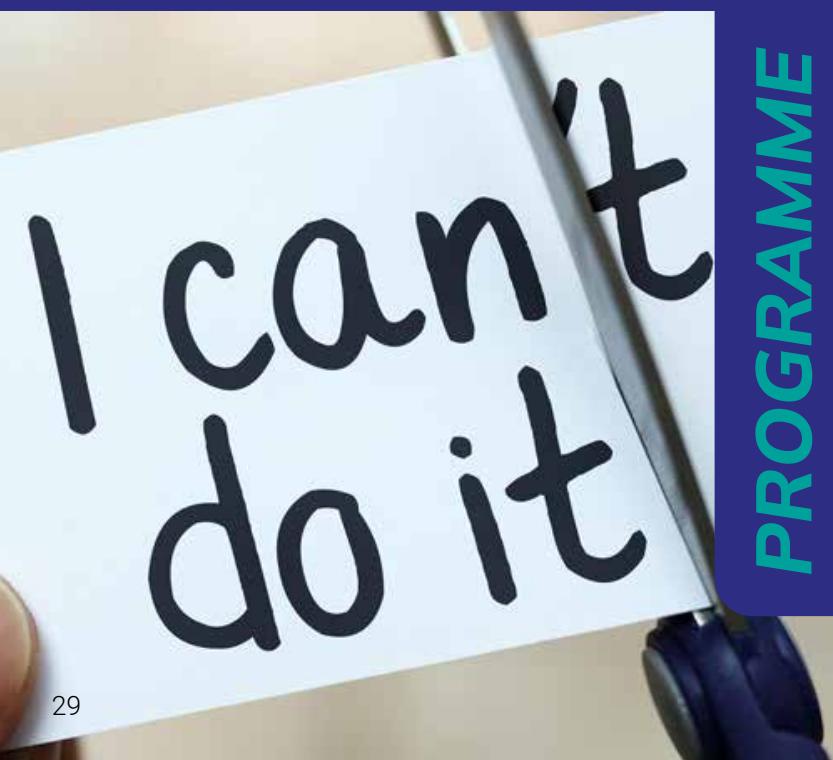
### MODULE 3

La communication assertive

### MODULE 4

La psychologie positive

À l'issue de ce coaching, les individus sont capables de lever les freins de leur « estime de soi ». Conscients de leur potentiel, ils mettent en place un plan d'action pour continuer à travailler et à développer leur confiance en eux.



# Coach scolaire

Le coach scolaire n'est pas un professeur particulier. Son rôle est d'aider le jeune de façon globale (confiance en soi, gestion du stress, organisation, communication avec les parents et professeurs...). Il permet au jeune de mieux se découvrir, de se connaître, de trouver les solutions en lui et de réaliser ses objectifs personnels et scolaires. On observe depuis l'apparition du coaching scolaire une croissance de participation annuelle moyenne de 10 à 15 %. Contrairement aux cours particuliers et au soutien scolaire représentant rapidement un budget considérable pour un ménage - puisqu'ils nécessitent de travailler avec le jeune à long terme - le coaching scolaire est une solution efficace, rapide et à court terme. Le coach aide le jeune à trouver sa propre méthode de travail et à devenir autonome, ce qui représente un atout considérable pour son avenir puisque dans le futur, il pourra atteindre ses objectifs par lui-même.

## **POUR QUI ?**

Cette formation est ouverte à tous ceux qui :

- Souhaitent travailler auprès d'enfants et d'adolescents,
- Sont animés par une réelle motivation pour aider les enfants et lutter contre l'échec scolaire,
- Ont un projet professionnel orienté vers la psychologie et les sciences de l'éducation,
- Aiment apprendre et qui souhaitent transmettre cet intérêt aux enfants.

## **OBJECTIFS**

Devenir un véritable professionnel du Coaching Scolaire.

Durant la formation, les participants vont avoir pour objectifs de :

- Développer le savoir-être du coach scolaire

- S'approprier la grammaire de l'accompagnement en coaching scolaire
- S'approprier les outils de l'accompagnement scolaire

## **MÉTHODES PÉDAGOGIQUES**

Apports théoriques

## **SUPPORTS FOURNIS**

Maîtrise de la posture de coach adaptée à l'accompagnement des jeunes de 15 à 25 ans, des concepts et des outils de coaching pour accompagner les collégiens, lycéens et étudiants en individuel vers leurs objectifs scolaires, personnels et professionnels. A l'issue de ce cycle, le stagiaire peut démarrer son activité de coach scolaire.

Ce support de cours comprend 2 grandes parties.

## **La première aborde les notions générales de Coaching scolaire.**

Elle traite par exemple l'état présent, l'état désiré, les valeurs, les limites, l'hygiène de vie du jeune, les troubles en DYS et TDAH.

## **La deuxième aborde le coaching d'orientation.**

Vers quelles voies s'orienter, comment faire un métier qui répondent au valeurs du jeune? Cela avec l'utilisation de la méthode RIASEC.

## **POINTS FORTS**

### **CE PÔLE MÉTIER APporte LES SAVOIR-FAIRE TRANSVERSAUX DU PRATICIEN EN COACHING SCOLAIRE.**

#### **La motivation scolaire**

**Relancer les mécanismes en jeu dans la motivation et désamorcer les freins dominants des stratégies d'évitement chez l'enfant**

#### **L'estime de Soi**

**Une notion centrale axée sur les techniques du renforcement positif, de l'affirmation de Soi et de la satisfaction personnelle**

#### **La carte du territoire**

**Savoir mettre en relief le fonctionnement individuel dans ses forces et ses limites pour cibler la voie de guidage la plus efficace**

#### **Le plaisir à penser**

**Une mise en sécurité indispensable pour retrouver plaisir et efficacité dans sa pensée.**



# Coach mental du Sport

Le Coaching mental ou Préparation mentale des sportifs est la partie psychologique de la préparation d'un athlète compétiteur. Elle s'inscrit au même titre que le développement des qualités physiques et des habiletés technico-tactiques. Il n'est pas rare de nos jours de trouver autour du sportif de compétition un entraîneur, un préparateur physique, une équipe médicale; puis, selon la discipline, une chorégraphe, un agent, et, bien entendu, un coach mental. On peut distinguer la notion d'entraînement mental, qui vise à entraîner les aptitudes mentales (comme la gestion du stress compétitif ou la concentration), de la préparation mentale qui vise à se préparer à une compétition en particulier. Cette dernière a pour objet d'aider l'athlète à mieux aborder la compétition, à supporter le stress, à le galvaniser et à optimiser l'ensemble de ses atouts.

## POUR QUI ?

La formation est ouverte à 4 types de publics :

1. les professionnels de l'entraînement, du médical et du paramédical
  2. les cadres supérieurs d'entreprises confrontés à des problématiques de coaching et intéressés par les transferts de compétences entre le milieu sportif et leur milieu professionnel,
  3. les étudiants, de préférence en STAPS ou en psychologie, désirant s'orienter professionnellement vers la préparation mentale et le « coaching ».
  4. toute personne passionnée par le sport.
- Aucun diplôme sportif n'est exigé en pré-requis pour devenir Coach Mental du Sport.

## OBJECTIFS

Le Préparateur Mental du Sport devra intervenir dans les champs suivants :

- Relations entraîneurs/ entraînés/parents
- Discours de l'entraîneur
- Gestion des conflits perturbant la performance, du stress, de la performance et de la contre performance
- Préparation psychologique avant/après la compétition
- Stratégies mentales de la réussite, d'objectifs
- Motivation individuelle et collective
- Gestion d'équipe et dynamique de groupe
- Programmation et planification de l'entraînement psychologique.

## MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

Apports théoriques

## PROGRAMME

### MODULE 1

#### LE MÉTIER DE COACH MENTAL DU SPORT

### MODULE 2

#### LE PROCESS DE COACHING MENTAL DU SPORT : LES 8 ÉTAPES

### MODULE 3

#### LES VALEURS, LES BLOCAGES ET LES CROYANCES DES SPORTIFS

### MODULE 4

#### LA MOTIVATION DU SPORTIF

### MODULE 5

#### OUTILS ET TECHNIQUES : PNL, RELAXATION, LES TECHNIQUES COGNITIVES ET COMPORTEMENTALES

### MODULE 6

#### TRAVAIL DE COACHING D'ÉQUIPES : COHÉSION, PERFORMANCE ET MOTIVATION DE L'ÉQUIPE

## POINTS FORTS

Une formation tournée vers la performance mais aussi vers l'humain.



# NOS PLATEFORMES DE COACHING



**Les sites réseaux** [www.mon-coach-entreprise.com](http://www.mon-coach-entreprise.com), [www.mon-coach-personnel.com](http://www.mon-coach-personnel.com) et [www.mon-coachscolaire.com](http://www.mon-coachscolaire.com) ont été lancés dans l'objectif de créer une communauté d'intérêts centrée autour d'une thématique commune : le coaching.

Les réseaux Mon coach.com sont les premiers réseaux de coachs spécialisés en coaching d'entreprise, de vie et scolaire composés de professionnels hautement qualifiés ; tous diplômés d'un Master Coach et expérimentés, intervenant sur la Belgique, la France, la Suisse et le Luxembourg et dans toute l'Europe à destination des particuliers, des entreprises, de leurs managers et des dirigeants.

Les réseaux Mon coach.com sont aussi des annuaires de référencement et des plateformes-support permettant le renforcement de la visibilité et l'identité professionnelle de ses membres. De sorte

que, de plus en plus aujourd'hui, certains membres du réseau sont « repérés » via notre plateforme, sélectionnés pour des missions, et se retrouvent de fait avec de nouveaux contrats ou clients, de nouvelles possibilités de développement professionnel.

L'inscription au réseau est entièrement gratuite pour nos élèves, et ce depuis la création du site.

La légitimité et la crédibilité, sont les mots d'ordre de notre réseau, et ils sont une marque indéniable de sérieux qu'il s'agit d'encourager, qui plus est sur Internet.

## LE RÉFÉRENCEMENT AU CONSEIL EUROPÉEN DES COACHS PROFESSIONNELS

**Adhérez à l'organe de référence des Coachs en Europe.**



**Le Conseil Européen des Coachs Professionnels est l'organisation professionnelle du coaching en Europe qui fédère des coachs, issus de différents horizons du coaching : professionnel, scolaire, de vie et politique et ayant une certification Master Coach.**

**Ses missions essentielles sont :**

**1**

Développer et promouvoir le métier de coach grâce à une approche globale et responsable des entreprises, des institutions et du grand public. Faire de notre métier une réelle composante des métiers de l'accompagnement.

**2**

Professionaliser par des actions de formation et par de la supervision gratuite pour les coachs adhérents au Conseil Européen des Coachs Professionnels, ce qui est une exclusivité sur le marché du coaching.

**3**

Encadrer la pratique avec éthique et déontologie grâce à l'engagement de tous nos représentants signataires de la même charte de déontologie.

**4**

Le Conseil se veut un lieu de partage, d'écoute et d'aide pour les coachs qu'il regroupe.

## Les modalités de la formation



Des classes virtuelles pour une formation en direct



Un référent-tuteur qui vous accompagne pendant votre formation



Des exercices pratiques en binôme tout au long du parcours



Des intervenants qui sont Coachs et Formateurs



# La pédagogie

Un corps enseignant hautement qualifié, des intervenants du monde du coaching sélectionnés pour leur excellence professionnelle et pour leur capacité à transmettre des messages clairs aux étudiants, des outils pédagogiques performants et interactifs, des outils numériques adaptés, attractifs et protégés, des équipements multimédias de pointe : l'Ecole Internationale de Coaching souhaite vous ouvrir l'éventail des moyens humains et techniques qui vous permettront de répondre aux exigences du métier de coach.

L'Ecole Internationale de Coaching fait le pari de ne pas se restreindre à un dispositif éducatif classique mais aussi d'innover et de se diriger vers un enseignement proactif : être acteur de sa formation, c'est devenir le maître d'œuvre de sa réussite. La pédagogie active est au cœur des enseignements prodigués dans nos écoles. Nous en avons fait notre marque de fabrique.

## APPRENDRE EN FAISANT



*La pédagogie active centre les apprentissages sur la mise en situation professionnelle.*

*La pratique - encadrée, individualisée, tutorée - engendre les compétences, stimule l'intelligence et la motivation.*

*Se tromper, c'est apprendre : à l'Ecole Internationale de Coaching, les compétences ne sont pas notées mais attestées et validées comme acquises. Erreurs et tâtonnements enrichissent cette progression.*

## Une pédagogie professionnalisante

### Une Formation tournée vers l'emploi de coach

Le Programme de l'Ecole Internationale de Coaching se divise en quatre temps forts :

- les cours en e-learning et les exercices d'entraînement.
- des classes virtuelles pour une formation en direct.

### La maîtrise terrain

Notre formation Master Coach vous donne accès à la maîtrise terrain des trois dimensions du coaching : l'individu, l'équipe, l'organisation. A l'issue de la formation vous possédez un REFERENTIEL DE COMPETENCES CLES qui vous donne autorité pour intervenir en tant que professionnel auprès de vos clients.

### Le cadre de références

La plupart des coachs manquent de confiance en eux lors des premières missions, l'Ecole Internationale de Coaching vous donnera des modèles qui vous permettront de réaliser vos premières missions avec efficacité et compétence.



Nos formateurs coachs seront là pour vous accompagner, vous soutenir, vous conseiller et vous permettre de franchir les étapes jusqu'à votre réussite.



### Apprendre autrement : une pédagogie au service d'un projet.

L'École Internationale de Coaching propose à chaque futur coach d'apprendre plus efficacement grâce à un parcours pédagogique au service de son projet.

Le parcours École Internationale de Coaching, c'est l'opportunité pour chaque stagiaire :

D'apprendre à se connaître dès le début de la formation, de se forger une personnalité consistante, de développer des qualités humaines dont l'estime de soi et l'écoute de l'autre avec un coaching tout au long du cursus ;

D'accroître sa connaissance des fonctions, des métiers, des zones géographiques pour mieux décrypter le marché de l'emploi de coach et pouvoir concrétiser son projet professionnel ;

De prendre conscience de l'importance de se constituer un réseau et de faire des choix judicieux pour développer son activité.

C'est dessiner son parcours au service de son projet :

L'une de nos responsabilités majeures relève de l'accompagnement de chaque coach en cours de formation dans l'identification de son projet professionnel et personnel afin qu'il soit acteur de son devenir.

# L'équipe de l'Ecole Internationale de Coaching

## L'EXPERTISE, LES COMPÉTENCES ET L'EXPÉRIENCE

### ELISABETH SANGARÉ

**Directrice de l'Ecole Internationale de Coaching en Belgique et en France.**

Coach professionnelle Gestion du Stress, Coaching de Vie et Formatrice. Certifiée diplômée MBA en Ingénierie de la Formation. 16 années d'expérience centrée sur l'humain, le management dans les domaines de l'action sociale, médico-sociale, des collectivités et des PME. Formatrice professionnelle. Diplômée en Ingénierie de la Formation, elle s'occupe plus particulièrement de coaching en gestion du stress en entreprise et de coaching en gestion des risques psycho-sociaux. Elisabeth est formée à l'analyse systémique et aux approches comportementales de l'Ecole de Palo Alto. Formatrice en entreprise pour le coaching d'équipes, la relation encadrant-encadré, la gestion du changement.

### ÉLODIE RODIEUX

**Directrice de l'Ecole Internationale de Coaching en Suisse.**

**Formatrice et Coach - Certifiée RNCP niveau 6 - Synergologue & Morphopsychologue diplômée cellulescan en décryptage des comportements suspects**

Suite à un début de carrière intense dans le monde de la finance, Elodie s'est lancée en tant qu'indépendante, afin de créer une entreprise qui lui ressemble. Elle a enrichi son offre de conseils en entreprise grâce à sa passion, la compréhension du comportement humain, et notamment la communication non-verbale, la morphopsychologie ainsi que le coaching de vie. Au sein de l'Académie Européenne de Coaching Suisse, sa mission est de vous apprendre à vous décrypter ainsi qu'à décrypter les autres, dans le but de vous rencontrer et de vous permettre de vivre des relations authentiques, en commençant avec vous-mêmes.

### ZINEB SOUSSANE

**Directrice de l'Ecole Internationale de Coaching au Maroc.**

Coach professionnelle certifiée, formatrice en gestion de stress, et en prise de parole, coach de bonheur/ experte en psychologie positive, diplômée de l'université Marne la Vallée Paris-Est en Management. Ambassadrice de marque et best-seller dans des environnements de luxe à de multiples reprises. Après un long parcours dans le secteur de l'automobile et du bâtiment, en coaching, en encadrement des jeunes potentiels et en gestion de la relation clients, Zineb a créé son cabinet de coaching « PENSEE POSITIVE » spécialisé en accompagnement professionnel, formation et conseil. Elle travaille sur l'épanouissement des individus dans leurs milieux professionnels afin d'« illuminer leurs parcours ». Sa vocation est de former les coaches de demain et les accompagner tout au long de leurs parcours.

### DOMINIQUE KARBOWIAK

**Directeur opérationnel - Coach professionnel - Formateur et consultant.**

Coach et formateur certifié. Co-fondateur du projet éducatif Animas'cool, Spécialiste en gestion des conflits, de même qu'en communication et management bienveillants. Directeur managérial dans un Holding européen, délégué pédagogique, président d'un club sportif, il tire profit de toute son expérience humaine pour atteindre son objectif : l'assimilation et l'utilisation immédiates des techniques dans le quotidien du candidat. Contraire à la formation pour la formation, il se démarque et prône l'évolution et l'épanouissement de l'individu.

### CHRISTINE BRUN

**Directrice de l'Ecole Internationale de Coaching en Suisse.**

**Nutritionniste, relaxologue psycho-corporelle & neuro-praticienne co-fondatrice du centre de compréhension de l'humain HRR, formatrice, coach certifiée**

Après 9 années de pratique comme nutritionniste en cabinet indépendant et en cliniques, Christine passionnée par le fonctionnement de l'humain, tant au niveau biologique que psychologique, décide alors de se former pour aider ses patients dans la gestion de leur stress et de leurs émotions. Suite à l'étude des neurosciences cognitives, elle les coache aujourd'hui vers une meilleure compréhension et acceptation de soi et s'est spécialisée dans l'hypersensibilité et les accompagnements de victimes de comportements psychologiques abusifs.

### CHARLINE LECLERC

**Conseillère formation carrière**

Forte d'une expérience de 8 ans dans le monde de l'entreprise en tant que conseillère, puis en tant que manager. Elle a pu accompagner et faire évoluer ses équipes tout en plaçant l'humain au cœur de ses priorités. Cette expérience lui a permis de développer une écoute active, une compréhension des besoins et une réelle capacité à traduire les attentes en solutions concrètes et personnalisées. Son parcours lui a appris à conjuguer exigence et bienveillance afin de garantir la satisfaction des personnes qu'elle accompagne. Charline a décidé aujourd'hui de guider et d'orienter les personnes vers leur future carrière. Souriante, impliquée et à l'écoute, elle saura vous guider dans votre projet professionnel.

### MARIE-AUDE MATHIEU

**Praticienne et formatrice en neurosciences appliquées management et coaching. Consultante spécialiste des organisations.**

Forte d'un parcours riche et engagé dans le secteur médico-social, elle occupe depuis plusieurs années des postes de direction, tout en transmettant avec passion ses connaissances au sein d'organismes de formation et d'accompagnement. Formée notamment à l'Académie Européenne de Coaching, au sein de BMO, de Polytechnique et à l'approche de l'élément humain, elle est spécialisée dans le care-management, la qualité de vie au travail, l'accompagnement des transitions professionnelles et le développement du leadership humain et conscient. Après plus de 15 ans d'expérience dans le pilotage d'équipes en établissements médico-sociaux, elle a fondé Chapitre XIX, une structure dédiée à l'accompagnement des managers, coaches et dirigeant.es en quête de sens, d'alignement et de performance éthique. Elle anime aujourd'hui des modules innovants et ludiques sur les neurosciences, les valeurs, les croyances, les émotions et le changement, pour aider chacun.e à activer son potentiel et construire une posture de coach fondée sur la conscience, le soin et l'impact durable.

## Les métiers du Coaching

**Le métier de Coach est un métier sérieux et passionnant.**

**Il exige des coachs une excellente connaissance des processus humains, des fondements des problèmes et des souffrances humaines.**

Ce métier d'accompagnement et de relation d'aide demande également aux futurs coachs, d'acquérir la maîtrise des fondamentaux théoriques et pratiques du coaching, de la psychologie, de la communication non violente mais également une parfaite maîtrise de soi et une juste utilisation de son intelligence émotionnelle.

Un métier d'éthique et de déontologie : le coaching est un métier d'accompagnement axée sur la psychologie humaine et la gestion des émotions et c'est pour cela que la pratique doit être encadrée par l'éthique et la déontologie.



L'Ecole Internationale de Coaching s'attache donc à former des coachs responsables et garants de la bonne pratique de cet exercice.

C'est pourquoi, une charte de déontologie est signée par chaque stagiaire à la fin de sa formation.

Des débouchés diversifiés



Coach de vie



Coach PNL



Coach soft skills



Coach en développement personnel



Coach de seniors



Coach en Team Building



Coach en Gestion du Stress



Coach de femmes



Coach scolaire



Coach Médiateur en Gestion des conflits



Conférencier en développement personnel



Préparateur mental du sport



Coach en Communication Non-Violente



Coach en entreprise  
Coach d'équipes



Coach pour le bien-être en entreprise

# LE GROUPE DE RÉFÉRENCE DE L'ACCOMPAGNEMENT

**pour votre reconversion  
ou votre métier passion**

**6 écoles au plus haut niveau académique et avec une  
employabilité maximum**

**8 campus en Europe et à l'étranger**

**Les outils de formation à distance les plus efficaces**



  
ACADEMIE EUROPÉENNE  
de  
**Coaching**

Le plus haut niveau de  
certification de Coach  
Professionnel et Personnel  
en Europe

[www.academie-europeenne-coaching.com](http://www.academie-europeenne-coaching.com)



 ACADEMIE  
EUROPÉENNE des  
**NEUROSCIENCES**

Les Neurosciences au  
service des métiers de  
l'accompagnement

[www.academie-europeenne-neurosciences.com](http://www.academie-europeenne-neurosciences.com)



Académie  
Européenne  
de Nutrition

La formation référence  
de Conseiller Nutrition  
en Europe 100% à distance

[www.academie-europeenne-nutrition.com](http://www.academie-europeenne-nutrition.com)



 académie européenne  
**DE COACHING  
MENTAL DU SPORT**

La formation en Préparation  
Mentale du Sportif à distance N°1  
en Belgique et en Suisse

[www.coaching-mental-europe.com](http://www.coaching-mental-europe.com)



ÉCOLE  
EUROPÉENNE  
**PNL** de com

Devenir un  
professionnel de la PNL

[www.ecole-europe-pnl.com](http://www.ecole-europe-pnl.com)



**EIC**

La certification  
Master Coach  
100% en ligne

[www.ecole-coaching.com](http://www.ecole-coaching.com)

**ECOLE INTERNATIONALE**



**EIC**  
**DE COACHING**

***Ecole Internationale de Coaching  
de BELGIQUE***

Chaussée de Waterloo 1103,  
1180 UCCLÉ

***Ecole Internationale de Coaching  
de FRANCE***

42 avenue Montaigne  
75 008 PARIS

***Ecole Internationale de Coaching  
de SUISSE***

Rue de la Cité 1,  
1204 GENÈVE

***Ecole Internationale de Coaching  
du MAROC***

Technopark Boulevard Damman,  
CASABLANCA

**[www.ecole-coaching.com](http://www.ecole-coaching.com)**