



THE
COACHING
SQUARE

Inspiring your coaching journey

The GROW Warm Up©

The Grow Warm Up© est un programme conçu pour les spécialistes en communication. Il leur permet de découvrir si le coaching est une technique de travail qui leur convient.

Si vous parcourez ce programme raccourci avec succès, vous avez immédiatement accès au programme de niveau avancé The Grow©.

Pour qui ?

Si vous avez suivi des formations comprenant des outils de coaching - PNL, Gestalt, Analyse Transactionnelle, Management, Psychologie,... - vous pouvez sans doute vous inscrire directement au programme The GROW©.

Vos compétences de base

Si vous vous sentez à l'aise avec les compétences ci-dessous, vous pouvez directement commencer par le programme Grow Warm-Up de 4 + 1 jours :

- Ecoute active
- Questionnement basé sur l'observation
- Recadrage de contenu
- Reformulation
- Orientation résultat, pour que les objectifs soient concrets et tangibles
- Intégration des acquis du coaching dans votre propre développement

Le programme

Durant le programme Grow© Warm Up, vous serez invité(e) à démontrer les compétences déjà acquises au niveau Root©, en travaillant sur des compétences additionnelles :

Définir le cadre de coaching

Le coaching est différent de la thérapie et du conseil.

- Ce qu'il est et ce qu'il n'est pas
- Le comportement de base et les convictions du coach
- Les interventions et les compétences du coach
- Les thèmes et les niveaux de coaching
- Le coaching comparé aux autres professions

Les questions de coaching

- La différence entre les questions de coaching et les autres questions
- Poser des questions "laser" pour soutenir le coaché dans sa prise de conscience

La structure d'une session de coaching

- Construire une conversation de coaching suivant un processus et une structure donnés

Le processus de coaching et le contrat de coaching

- Le processus d'apprentissage du coaché et les pièges possibles face à votre pratique actuelle de thérapeute, psychologue, consultant, formateur,...
- Optimisation des conditions de contexte
- Le contrat de coaching
- Mon attitude coach

Le code éthique du coach

- Les aspects éthiques à la lumière de plusieurs cas d'études
- Regarder de plus près les limites que vous établissez personnellement

Evaluation des compétences

L'évaluation des compétences pour le niveau Root© valide votre maîtrise des 11 compétences ICF correspondant à ce niveau. De cette évaluation apparaît la carte de vos forces et points de vigilance de façon à ce que vous puissiez orienter votre trajet vers le métier de coach.