

I - OBJECTIFS DE LA FORMATION

La formation de coaching professionnel certifiée AMNOS se décline en 6 blocs de compétences pouvant être validés indépendamment les uns des autres dans le cadre d'un parcours de formation personnalisé défini à la suite d'un positionnement du candidat.

- **BLOC 1 : Adopter la posture de coach et installer une relation de qualité en conscience de soi et d'autrui**

1. Expliquer la singularité du métier de coach
2. Créer l'alliance avec le coaché
3. Exercer son attention à l'autre en ayant conscience de soi avec les neurosciences

- **BLOC 2 : Communiquer efficacement pour guider le coaché**

4. Communiquer pour faciliter la compréhension des personnes et des situations
5. Utiliser des techniques de méta-communication pour gérer jeux de pouvoir et conflits

- **BLOC 3 : Elaborer une proposition commerciale contractuelle**

6. Elaborer une offre de service en coaching
7. Rédiger des contrats adaptés aux situations

- **BLOC 4 : Conduire un processus de changement avec des outils appropriés**

8. Effectuer une mission de coaching selon un processus opérationnel
9. Conduire des missions de coaching en entreprises
10. Conduire une séance de coaching
11. Utiliser des techniques de coaching diversifiées et appropriées

- **BLOC 5 : Développer son expertise du coaching**

12. Evaluer les missions de coaching
13. Se perfectionner au fil des missions

- **BLOC 6 : Elaborer un projet professionnel**

14. Se repérer dans son environnement professionnel
15. Définir son positionnement sur le marché
- 16 A. Définir la localisation et les conditions juridiques et financières du projet
- 16 B. Etablir le lien entre l'activité actuelle et le coaching

II – PUBLIC CONCERNE

La formation de coaching professionnelle certifiée AMNOS s'adresse à des personnes qui veulent développer des compétences de coaching, soit dans le cadre de leur activité actuelle (métiers de l'accompagnement (thérapeutes), de l'éducation (petite enfance, animation, éducation spécialisée, vie scolaire...), de la justice (mandataires judiciaires, assistants sociaux...) du management et des ressources humaines (entreprise, administrations, associations d'aide, établissements scolaires...), soit pour devenir coach à part entière, notamment au gré d'une reconversion professionnelle.

III – PRE-REQUIS

Un niveau BAC + 2 est demandé. Les expériences professionnelles en relation avec l'accompagnement, la gestion des ressources humaines et le management sont appréciées.

Demande d'inscription :

Le candidat complète un dossier comportant une lettre de motivation, un CV, la photocopie des diplômes.

Procédure d'admission :

- Tests de positionnement (auto-évaluation ; QCM).
- Entretien afin de vérifier la cohérence entre le candidat, (motivations, projet professionnel, compétences acquises) et la formation (compétences visées, objectifs et contenus). Cet entretien se déroule dans notre cabinet, 4, allée des pins à Gradignan ou en Visio-Call.
- Personnalisation du parcours de formation étudiée.

Emission d'un avis sur la validité de la candidature :

Si l'avis est favorable, une convention de formation professionnelle est signée et une convocation est adressée aux participants pour chaque période en présentiel.

IV – DUREE DE LA FORMATION ET MODALITES D'ORGANISATION

- **Durée et planification de la formation**
- **La durée de la formation** en présentiel est de 175 heures et au moins 125 heures en intersessions pour réaliser des devoirs, des recherches documentaires, de la pratique professionnelle et la rédaction du projet professionnel qui sera présenté et soutenu devant un jury.

Cette formation comporte trois cycles complets par an pour répondre le mieux possible aux attentes des candidats.

- Session n°1 : de février à juin (1 semaine par mois)
- Session n°2 : de septembre à janvier (1 semaine par mois)
- Session n°3 en cours du soir (en fonction du nombre de demandes) : de septembre à juin (1 soir par semaine + 1 week-end par mois).

Pour la session de septembre 2021, les dates sont les suivantes :

- Cours du 20 au 24 septembre 2021
- Cours du 11 au 15 octobre 2021
- Cours du 01 au 05 novembre 2021
- Cours du 22 au 26 novembre 2021
- Cours du 13 au 17 décembre 2021
- Certifications les 21 et 22 janvier 2022

N.B. Les dates des sessions sont publiées et réactualisées sur le site internet amnos.fr.
Compte tenu de cette planification, **le délai d'accès en formation est inférieur à 6 mois.**

Effectifs : la formation privilégie les petits groupes (les sessions sont maintenues à partir de 4 stagiaires par session et elles n'excèdent pas 12 personnes).

Organisation d'une journée de cours :

Les journées comportent 7 heures de cours. Les horaires précisés ci-dessous sont ajustés au besoin :

- Horaires des cours : matin : 8h45 à 12h30 / après-midi : 13h30 à 17h15 (pauses en milieu de périodes).
- Horaires déjeuner : 12h30 / 13h30 des lieux de restauration sont situés à 200m du lieu de formation (restaurants, sandwicheries).

V – LIEUX DE LA FORMATION

Le lieu de la formation est déterminé en fonction de l'effectif :

- Si celui-ci est inférieur à 10 stagiaires, la formation a lieu dans nos locaux de Gradignan (Pôle de santé, 4, allée des pins)
- Si celui-ci est supérieur à 10 stagiaires, les cours ont lieu dans le Campus de l'ISNAB (2, Impasse Charles Tellier à Villenave d'Ornon).

VI – ACCESSIBILITE DES PERSONNES HANDICAPEES

Nos lieux de formations sont accessibles aux personnes à mobilité réduite.

Les personnes atteintes de handicap souhaitant s’inscrire à cette formation sont invitées à nous contacter directement afin d’étudier ensemble les modalités de leur accompagnement.

VII – MOYENS TECHNIQUES

Au Pôle de Santé de Gradignan : la salle de 35m² est équipée de tableau blanc, écran et vidéoprojecteur, connexion internet. Deux cabinets de consultations attenants permettent aux stagiaires de s’isoler pour s’exercer en coaching. Des ressources documentaires, livres, revues, supports pédagogiques sont mis à disposition.

Au Campus de l’ISNAB : une salle de 60m² est mise à disposition du groupe. Elle est équipée d’un ordinateur avec connexion internet, d’un tableau blanc, d’un écran et d’un vidéoprojecteur.

VIII – CONTENUS DE LA FORMATION

La formation de coaching professionnel Amnos se décline en 6 blocs de compétences :

6 BLOCS DE COMPETENCES	HORAIRES PRESENTIEL	HORAIRES INTERSESSION
BLOC 1 : Adopter la posture de coach et installer une relation de qualité en conscience de soi et d’autrui	35	10
BLOC 2 : Communiquer efficacement pour guider le coaché	21	10
BLOC 3 : Elaborer une proposition commerciale contractuelle	7	4
BLOC 4 : Conduire un processus de changement avec des outils appropriés	98	28
BLOC 5 : Développer son expertise du coaching	7	3
BLOC 6 : Elaborer un projet professionnel	7	70
TOTAUX HORAIRES	175 heures	125 heures

BLOC 1 : ADOPTER LA POSTURE DE COACH (35 h présentiel/10 h intersessions)

Activité 1 : Expliquer la singularité du métier de coach

- L'identification du métier de coach
- La déontologie du coaching
- La posture du coach
- Les spécificités du coach AMNOS

Activité 2 : Créer l'alliance avec le coaché

- L'installation de la relation avec la création de l'alliance
- Le respect des distances en référence à la proxémie
- La calibration et la synchronisation
- Les sources neuroscientifiques de la synchronisation
- Le maintien de la relation tout au long du coaching

Activité 3 : Exercer son attention à l'autre en ayant conscience de soi avec les neurosciences

- L'organisation et le fonctionnement du système nerveux et du cerveau
- Les aires fonctionnelles cérébrales ; latéralité et plasticité cérébrale
- Les émotions et les styles émotionnels
- Le stress et le stress post-traumatique
- Les relations corps/esprit
- La cohérence cardiaque, exercices et tests
- Le circuit de la récompense et les addictions
- La conscience de soi et la place de l'ego
- Les états modifiés de conscience
- L'approche psychopathologique
- L'empathie
- L'attachement sécurisé

Validation du bloc 1 : à partir d'une séance de coaching complétée par un oral.

Délivrance d'un certificat attestant l'acquisition des compétences.

BLOC 2 : COMMUNIQUER EFFICACEMENT POUR GUIDER LE CLIENT (21 h présentiel/10 h intersessions)

Activité 4 : Communiquer efficacement pour une compréhension des personnes et des situations

- Le langage verbal et corporel et la communication
- Les techniques de communication
- La communication en situation de tension
- L'association et la dissociation
- La congruence et l'incongruence
- Le feed-back

Activité 5 : Utiliser des techniques de méta-communication pour sortir des conflits

- La communication dans le couple
- La méthode Amnos : les différents niveaux de la pyramide
- La méthode Amnos : savoir bien communiquer en situation délicate

Validation du bloc 2 à partir d'une séance de coaching complétée par un oral.
Délivrance d'un certificat attestant l'acquisition des compétences.

BLOC 3 : ELABORER UNE OFFRE COMMERCIALE (7 h présentiel/4 h intersessions)

Activité 6 : Elaborer une offre de service en coaching

- La demande, l'offre de services et les contrats commerciaux
- L'origine et la typologie des demandes
- La recevabilité des demandes
- Le choix du coach : avantages et inconvénients des situations

Activité 7 : Rédiger des contrats adaptés aux situations

- Les différents types de contrats commerciaux bipartites et tripartites
- Les éléments fondamentaux des contrats de coaching

- Le respect des normes professionnelles et la déontologie
 - L'analyse et la rédaction des contrats
-

Validation du bloc 3 : épreuve écrite à partir d'une étude de cas.
Délivrance d'un certificat attestant l'acquisition des compétences.

BLOC 4 : CONDUIRE UN PROCESSUS DE CHANGEMENT

(98 h présentiel/28 h intersessions)

Activité 8 : Effectuer une mission coaching selon un processus opérationnel

- Les étapes d'un processus de coaching
- L'étude de la demande du client
- La définition des objectifs de la mission
- L'intervention du coach pour le changement
- La projection vers l'état désiré
- La consolidation ou renforcement
- La communication selon la méthode Amnos®
- La distanciation

Activité 9 : Conduire des missions de coaching en entreprises

- Les jeux de pouvoir
- Le coaching managérial
- Le coaching d'équipes

Activité 10 : Conduire une séance de coaching

- Le cadre d'une séance de coaching Amnos
- Le champ d'actions en coaching Amnos
- Installation d'une séance de coaching
- L'intention positive du comportement
- Les trois niveaux de croyances Amnos
- La bascule émotionnelle Amnos
- L'écologie du coaching Amnos

- Le cadre objectif Amnos
- La pyramide de Dilts

Activité 11 : Utiliser des techniques de coaching diversifiées et appropriées

Acquérir les bases de la PNL pour utiliser cet outil en coaching

- Les bases de la PNL, son origine et ses principes
- La technologie de la PNL
- Le métamodèle
- Les métaprogrammes
- Les perceptions sensorielles
- L'information à partir des mouvements oculaires et leur décodage
- Les recadrages
- Des exemples de protocoles appropriés en fonction des situations

Poser des questions pertinentes pour explorer l'univers du coaché et le guider vers ses objectifs

- Les différents types de questions classiques
- Les questions stratégiques ou puissantes
- Le questionnement en situation de coaching
- Les questions Amnos

Découvrir l'hypnose éricksonienne

- Définition, historique, l'activité cérébrale associée à l'hypnose
- Les indications et les contre-indications de l'hypnose
- La structure d'une séance d'hypnose éricksonienne

Découvrir la visualisation créatrice

- Définition, principes, la visualisation et le cerveau
- Les techniques de visualisation créatrice : ingrédients et processus
- Un exemple d'un protocole de visualisation créatrice

Découvrir l'EFT (Emotional Freedom Techniques)

- Définition, principes, l'EFT et les neurosciences
- Les principales indications de l'EFT

- Les techniques de base en EFT ; les points de séquences

Découvrir une technique d'intégration de mouvement oculaires

- L'origine des différentes techniques utilisées
- La présentation d'une technique et ses indications
- L'expérimentation avec un exemple de protocole

Découvrir l'approche narrative

- Les principes et l'historique de l'Approche Narrative
- Les bases de la pratique en Approche Narrative
- Le travail du praticien en Approche Narrative

Validation du bloc 4 : à partir d'une séance de coaching complétée par un oral.
Délivrance d'un certificat attestant l'acquisition des compétences.

BLOC 5 : DEVELOPPER SON EXPERTISE DU COACHING

(7 h présentiel/3 h intersessions)

Activité 10 : Evaluer les missions de coaching

- Les enjeux de l'évaluation en coaching
- Les différents niveaux d'évaluation
- Les évaluateurs d'une mission
- Les effets attendus du coaching par le coach

Activité 11 : Se perfectionner au fil des missions

- Les différentes approches de la supervision selon les sensibilités
- La posture du superviseur, le cadre de la supervision
- Les actions en vue du perfectionnement du coach
- Les formations pour actualiser ses connaissances

Validation du bloc 5 : épreuve écrite à partir d'une étude de cas
Délivrance d'un certificat attestant l'acquisition des compétences.

BLOC 6 : ELABORER UN PROJET PROFESSIONNEL (7 h présentiel/70 h intersessions)

Activité 12 : Se repérer dans son environnement professionnel

- Les trois principales associations professionnelles de coaching
- La définition des compétences attendues d'un coach professionnel
- Les actions de soutien et de développement de la profession

Activité 13 : Définir son positionnement sur le marché

- L'historique du coaching et son développement en France
- Les données économiques et sociales du coaching
- L'identité personnelle, sa structure, le concept de soi
- L'identité professionnelle : l'identité interne, les compétences, le statut, la reconnaissance
- L'identité et le changement, la roue d'Hudson pour le futur coach

Activité 14 : Définir les conditions de réalisation du projet

- L'accompagnement vers un projet professionnel réalisable
- L'intégration des compétences de coach dans une activité existante
- La création d'une nouvelle activité de coaching
- L'analyse des structures juridiques envisageables selon différents critères : responsabilité, fiscalité, rentabilité...
- L'approche financière
- Les démarches administratives et commerciales pour la création et le lancement de l'activité.

Validation du bloc 6 : à partir d'un dossier professionnel et de sa soutenance orale.
Délivrance d'un certificat attestant l'acquisition des compétences.

IX – MOYENS ET METHODES PEDAGOGIQUES

Les cours sont coanimés par deux coachs dont les compétences se complètent.

Les apprentissages intègrent des connaissances pour développer des compétences pratiques avec différents supports :

- Contenus pédagogiques diffusés en vidéoprotection ; documents accessibles au centre de ressources dans les locaux de la formation, et prochainement en ligne.
- Alternance d'apports théoriques avec des démonstrations et des exercices de mises en situations entre pairs et avec le coach.
- Apprentissage de plusieurs outils d'accompagnement (Méthode AMNOS®, PNL) et découverte de l'Approche Narrative, de la visualisation, de l'hypnose Ericksonienne, de l'EFT, de techniques de réinitialisation avec les mouvements oculaires.
- Suivi en intersession en visio-call et ateliers d'entraînement au coaching dans le centre de formation.
- Supervision en coaching,
- Accompagnement au projet professionnel : transfert des compétences de coaching dans une activité existante ou création d'une nouvelle activité professionnelle.

X – PROFILS DES FORMATEURS

Les cours sont coanimés par deux coachs dont les compétences se complètent. Cette coanimation crée une dynamique et permet un encadrement optimal des stagiaires.

Paul de BRUYN : Coach professionnel certifié, praticien narratif, formé à diverses techniques d'accompagnement (hypnose ericksonienne, visualisation, EFT, actualisation par les mouvements oculaires (AMO/EMA), titulaire d'un diplôme inter-universitaire « Adolescents difficiles, approches psychopathologiques, éducatives et judiciaires », et d'un D.E.S.S. de concepteur-réalisateur de formation. Co-fondateur de la méthode Amnos®.

Expérience professionnelle de 33 ans dans l'enseignement. Ancien chef d'établissement d'ensembles scolaires (collèges, lycées agricoles, centres de formation, CFA).

Erika BORDE : Consultante en communication interpersonnelle, coach professionnelle certifiée, praticienne en PNL. Co-fondatrice de la méthode Amnos®. Spécialisée en dynamique relationnelle.

A été chef d'entreprise durant 8 ans avant de devenir consultante en communication interpersonnelle puis coach de stratégie.

XI – MODALITES D’EVALUATION

Evaluations formatives : tout au long du parcours de formation, les acquisitions des stagiaires sont évaluées afin d’ajuster les enseignements en fonction de la progression de chacun, pour une préparation optimale aux épreuves certificatives.

Evaluations certificatives : Chaque bloc de compétences fait l’objet d’une certification, soit lors d’une séance de coaching, soit avec une étude de cas, soit par la soutenance du projet professionnel (voir tableau ci-après).

Conditions d’attribution du Certificat de coaching professionnel Amnos :

- Tout candidat doit avoir participé à l’intégralité de la formation (en présentiel et avoir effectué les travaux en intersession) pour se présenter aux épreuves. A l’exception de ceux qui, à l’issue du positionnement, auront obtenu une dispense pour un ou plusieurs blocs déjà acquis.
- Chaque bloc de compétences doit être validé (note > 10/20).

BLOCS DE COMPETENCES	CERTIFICATION
BLOC 1 : Adopter la posture de coach et installer une relation de qualité en conscience de soi et d’autrui	Séance de coaching
BLOC 2 : Communiquer efficacement pour guider le coaché	Séance de coaching
BLOC 3 : Elaborer une proposition commerciale contractuelle	Etude de cas
BLOC 4 : Conduire un processus de changement avec des outils appropriés	Séance de coaching
BLOC 5 : Développer son expertise du coaching	Etude de cas
BLOC 6 : Elaborer un projet professionnel	Soutenance d’un dossier

Rappel : les candidats ont la possibilité de personnaliser leur parcours de formation en fonction des blocs déjà validés lors du positionnement.

N.B. Les six candidats présentés lors de la dernière session ont été certifiés. Quatre sont en activité et les deux autres sont en phase de lancement.

XII – SUITE DE PARCOURS ET DEBOUCHES

Insertion professionnelle :

- **Intégration des compétences de coaching** dans le cadre d'une activité existante pour améliorer sa performance professionnelle

Exemples : management, gestion des ressources humaines ; encadrement d'enfants, d'adolescents, d'étudiants en milieu scolaire, éducation spécialisée ; approfondissement des anamnèses pour les thérapeutes et au-delà dans la prise de soin de la personne...

- **Création d'une activité de coaching**

Exemples : coachs de vie, coach petite enfance, coach scolaire, coach en systémie familiale, coach d'entreprise...

Poursuite de formation :

- **Apprentissages de techniques d'accompagnement** : PNL ; TCC ; EFT ; sophrologie ; hypnose éricksonienne ; visualisation ; réflexologie...

XIII – TARIFS

Deux tarifs s'appliquent :

- Pour les particuliers, les professions libérales et les TPE (- de 10 salariés) : 4300€.
- Pour les entreprises (plus de 10 salariés) : 5150€.

XIV – CONTACTS

Paul de BRUYN ou Erika BORDE (06 95 54 55 25)

paul.debruyn@outlook.fr / contact@erikaborde.com

Centre de Formation Amnos

4, allée des pins

Pôle de Santé

33170 GRADIGNAN

<https://amos.fr/>