

Classe Expert

Coacher avec les émotions



Renaissance
COACHING & MANAGEMENT

La *Classe Expert* en quelques mots

La *Classe Expert* Renaissance est une formation destinée aux coachs professionnels certifiés. Elle vise une forte intégration des *outils* et de la *posture* appropriée dans sa pratique d'accompagnement.

Un expert du domaine supervise les mises en application.

Notre **Classe Expert – Coacher avec les émotions** s'adresse aux professionnels de l'accompagnement exerçant dans les entreprises de tous secteurs d'activité : coachs, formateurs, accompagnateurs du changement, managers ayant une pratique de l'accompagnement.

Elle permet aux professionnels d'approfondir leur compréhension de l'impact des émotions sur les positionnements et blocages de leurs clients, et d'acquérir des outils concrets pour accompagner efficacement les émotions dans un cadre professionnel. Les participants apprennent à utiliser les émotions pour renforcer leur posture d'accompagnement, en différenciant clairement les approches thérapeutiques des pratiques professionnelles.



Les avantages de cette *Classe Expert*

- Repartez avec un plan d'accompagnement pour chacune des principales émotions
- Expérimentez grâce à des coaching live et supervisés
- Maîtrisez l'usage d'outils concrets pour répondre aux besoins émotionnels de vos clients



Les objectifs

- Définir l'influence des émotions sur les positionnements et blocages de leurs clients.
- Repérer l'impact des émotions des clients sur leurs modes d'accompagnement.
- Identifier les réponses les plus adaptées aux besoins des clients en confusion émotionnelle ou présentant une émotion non prise en compte.
- Identifier et pratiquer des méthodes d'accompagnement des émotions présentées par leurs clients.

Différencier l'accompagnement thérapeutique des émotions et l'accompagnement dans le cadre professionnel



Le déroulé

Jour 1

Fondamentaux des émotions

Le monde de la peur

Coaching live concernant la peur

30% Théorie
70% Pratique



Jour 2

Le monde de la colère

Le monde de la tristesse

Coaching live concernant la colère

30% Théorie
70% Pratique



Jour 3

Émotions complexes et sentiments

Posture de coach empathique

2 coachings live :

- *sur une prise de décision*
- *sur une situation émotionnelle racontée*

30% Théorie
70% Pratique



Contenu des modules

Fondamentaux des émotions

- **Émotions, sentiments, sensations : partage et compléments**

- Les émotions de base
- Les émotions secondaires et les sentiments
- Les émotions dans le coaching : manifestations et narrations
- L'expression des émotions

- **Retentissement émotionnel des situations**

- Perception, émotion, identification du besoin, réponse au besoin
- Apprentissage émotionnel, conduites biologiques et conduites socialisées
- Les blocages émotionnels, les émotions non exprimées et leur impact

Le monde de la peur

- **Création de connaissance :**

- Origines, besoins, manifestations, prise en compte dans le monde du travail
- La peur comme émotion touchant au présent, au passé, au futur
- Accueillir, accepter, accompagner la peur
- Protections et permissions
- Différencier peur, peur anticipatoire et appréhension de l'avenir
- 3 anxiétés majeures au travail

- **Explorer et prendre en compte la peur dans le coaching**

- Coaching live concernant la peur
- Écriture automatique
- Debrief et apprentissages

Le monde de la colère

- **Création de connaissance :**

- origines, besoins, manifestations, prise en compte dans le monde du travail
- Accueillir, accepter, accompagner la colère
- Explorer et prendre en compte la colère dans le coaching
- Différencier la colère orienté vers une personne et l'indignation morale
- Restituer la colère : notion de timbres psychologiques, DESC et communication non violente

- **Explorer et prendre en compte la peur dans le coaching**

- Coaching live concernant la colère
- Écriture automatique
- Debrief et apprentissages

Contenu des modules

Le monde de la tristesse

- **Création de connaissance :**

- Accueillir, accepter, accompagner la tristesse
- Explorer et prendre en compte la tristesse dans le coaching
- Tristesse et processus de deuil
- Différencier tristesse et abattement

- **Démonstration par le formateur**

- Modélisation
- Debrief et apprentissages
- Réflexion partagée sur le rôle du coach et le rôle du thérapeute dans l'accompagnement des émotions.

Emotions complexes et sentiments

- **Les mélanges émotionnels et les processus émotionnels : de la colère à la joie :**

- Pratique des petits papiers
- Pratique de l'analyse du discours avec le client
- Coaching live sur une prise de décision
- Debrief et apprentissages
- Vécu avec le corps de l'accompagnement des différentes étapes du cycle des émotions

Posture de coach empathique

- La juste attitude face aux émotions et les étapes de l'accompagnement : intelligence collective / apports
- Le monde de la joie et le coaching
- Écriture automatique
- Clôture de la formation
- Feedback et évaluation formelle

Méthodologie

- E-learning préalable à la formation, classe inversée
- Approche interactive et expérientielle
- Plus de 70 % du temps est consacré à l'expérimentation et au debrief sur l'expérimentation.

- Accueil des stagiaires dans une salle dédiée à la formation.
- Mise à disposition en ligne de documents supports.
- Documents supports de formation.
- Animation de séquences de coaching par les participants (posture de client, de coach, d'observateur).
- Auto-évaluation et feedbacks sur les prestations.
- Exposés théoriques en lien avec la pratique expérimentée.
- Étude de cas concrets.
- Modélisation de la pratique et debrief



Vos formateurs



Daniel CHERNET

- Facilitateur professionnel en intelligence collective
- Coach, Coach d'équipe
- Accompagnateur des transformations des organisations
- Formateur et superviseur de facilitateurs et de coaches
- Formé à l'analyse transactionnelle, l'hypnose, les pratiques narratives, la thérapie du lien et des mondes relationnels
- Auteur de « Coacher les émotions » aux Éditions Eyrolles, 2016



Caroline COUTURIER

- Coach professionnelle certifiée maître praticien par l'Institut maïeutis, enseignante et superviseuse de coach
- Auparavant, 10 ans de Direction opérationnelle dans les Telecom (ingénieur ENST)
- Participation active au livre « Osez l'amour de soi – Au travail aussi ! » paru chez InterEditions-Dunod
- Coauteur du roman de développement personnel « C'est la Vie » paru chez The BookEdition
- Membre de l'EMCC (European Mentoring & Coaching Council)



Isabelle JARNIOU
CONTAL

- Coach professionnelle certifiée maître praticien par l'Institut maïeutis, enseignante et superviseuse de coach
- Coach, formatrice et superviseur Process Communication® et Process Thérapie Model.
- Coach en préparation mentale, Thérapeute, formée en énergétique traditionnelle chinoise, EFT, MATRIX et sophrologie
- Membre de l'EMCC (European Mentoring & Coaching Council)



Informations pratiques

Dates et horaires :

- Jour 1 : **mercredi 29 janvier 2025** de 9h00 – 12h30 / 14h00 – 17h30
- Jour 2 : **jeudi 30 janvier 2025** de 9h00 – 12h30 / 14h00 – 17h30
- Jour 3 : **vendredi 31 janvier 2025** de 9h00 – 12h30 / 14h00 – 17h30

Lieux : Atelier coquelicot - 35 cours Pierre Puget 13006 Marseille

Tarifs :

- 750 euros HT soit 900€ TTC pour les inscriptions individuelles (règlement sur fonds propres)
- 950 euros HT soit 1 140€ TTC pour les entreprises unipersonnelles, indépendants, TPE

Inscriptions : [via ce lien](#)

Pour toutes questions : inscription@renaissance-conseil.com

