Les essentiels du coaching

Durée: 1 jour
Public cible: Pour tous

À qui s'adresse cette formation ?

Toute personne qui souhaite transformer sa posture d'accompagnant dans son milieu professionnel : gestionnaire, leader, coordonnateur, chef d'équipe, conseiller RH ou interne, professionnel en développement organisationnel.

Objectifs de la formation

- Se sensibiliser aux principes d'action et aux stratégies relationnelles propres au coaching
- Développer un nouveau regard sur sa posture d'accompagnant — et découvrir ce qu'elle permet
- Saisir les compétences essentielles du coach selon le référentiel ICF
- Explorer l'approche et les parcours de formation de l'École International Mozaik (accréditée ICF).

Description sommaire

Le coaching est partout dans les conversations, mais qu'est-ce que cela signifie réellement d'agir en coach?

Cette journée découverte vous invite à expérimenter concrètement l'approche globale et stratégique d'International Mozaik. Vous repartirez avec une compréhension éclairée de la posture coach et un outil immédiatement applicable dans votre milieu professionnel, pour créer des alliances durables avec vos équipes et partenaires.

Contenu du plan de cours

Bloc 1 — Comprendre : l'intention et la démarche de coaching

Comment distinguer le coach du mentor, du leader, du conseiller ou du thérapeute? Quelles sont les grandes étapes de la démarche de coaching? Et quand on parle de transformation, de quoi parle-t-on concrètement?

Copyright © 2026 AFI par Edgenda inc.

Bloc 2 — Expérimenter : un outil concret pour observer et créer l'alliance

Mise en pratique d'un outil issu de l'approche Mozaik, conçu pour mieux s'observer soi-même dans ses interactions et mieux percevoir l'autre. Comment passer d'une simple conversation à une véritable alliance?

Bloc 3 — Intégrer : le debriefing et le transfert dans mon métier

Qu'ai-je appris à travers cette expérimentation? Comment transférer cet apprentissage dès demain dans mon environnement professionnel?

Bloc 4 — Découvrir : l'approche International Mozaik

Ce qui distingue l'École Mozaik, ses valeurs, sa promesse pédagogique et ses parcours de formation accrédités ICF.

Approche et méthode pédagogique

Cette formation repose sur une approche expérientielle : les participants n'observent pas le coaching, ils le vivent. La journée alterne entre apports conceptuels courts, expérimentation d'outils en sous-groupes et débriefings collectifs ancrés dans la réalité professionnelle des participants.

- Apprentissage par l'expérience : mise en pratique immédiate d'un outil issu de l'approche Mozaik, avec retour réflexif structuré
- Échanges entre pairs : les participants apprennent aussi de la diversité des contextes et des postures autour de la table
- Transfert ancré : chaque bloc d'apprentissage se clôt sur une réflexion concrète de transférabilité dans le milieu professionnel du participant

La facilitation est assurée par un coach formé ICF, qui incarne la posture enseignée.

Recommandations

- Être ouvert à l’exploration de nouvelles façons d’interagir et d’accompagner les autres.

Copyright © 2026 AFI par Edgenda inc.

- Participer activement aux activités expérientielles pour maximiser les apprentissages.
- Profiter des exercices pour expérimenter la posture de coach dans un environnement sécuritaire.
- Transférer les concepts et outils dans son contexte professionnel dès la fin de la formation.
- Considérer cette formation comme une introduction avant un parcours plus approfondi en coaching.

Accréditations

L'activité est reconnue par le CRHA. Numéro de préapprobation : 5930

Copyright © 2026 AFI par Edgenda inc.