Les fondamentaux du coaching (cycle 1)

Durée: 87 heures
Public cible: Coach

À qui s'adresse cette formation ?

Leaders en organisation, professionnels en ressources humaines et développement organisationnel, coaches, consultants, formateurs internes ou externes.

Objectifs de la formation

- Élever votre capacité d'impact en tant que leader.
- Établir les premières fondations d'un accompagnement individuel ou collectif.
- Proposer un espace-temps créateur de changement.
- Apprendre à répondre à une demande de client de façon puissante et pertinente.
- Vous approprier le code de déontologie du coach au service de la relation et de la demande de coaching.
- Apprendre à développer les compétences du coach professionnel.
- Vous approprier les clefs de l'approche stratégique qui relie lois des systèmes vivants, de la communication et du constructivisme.
- Pratiquer la méta-communication et le feed-back stratégique.
- Reconnaître l'interaction du corps et de l'esprit et en faire un levier d'évolution.
- Expérimenter en laboratoire des options stratégiques nouvelles et des outils projectifs.
- Vous initier à la posture de leader-coach d'équipe ou d'un collectif.
- Apprendre à animer un collectif en posture coach.

Description sommaire

Ce cycle 1 est intégré au programme de « Formation au Métier de Coach » d'International Mozaik, accrédité par International.

Coaching Federation (Level 2), cette étape permet aussi d'accéder au niveau de reconnaissance professionnelle ACC (Accreditated Certified Coach) avec ICF.

Copyright © 2026 AFI par Edgenda inc.

- Développer des habiletés de coaching peut devenir un avantage important pour les gestionnaires et leaders désirant incarner au quotidien un leadership agile et transformant en cette période d'incertitude.
- Adopter une posture de leader-coach permet de positionner autrement son leadership, de penser différemment son autorité, son rôle et son engagement pour, avec ses collaborateurs, réussir les changements.
- Faire émerger le plein potentiel de ses collaborateurs, co-créer ensemble leur relation dans une alliance puissante pour trouver des réponses nouvelles aux défis actuels, voilà quelques-unes des nouvelles manières d'être et de faire à la portée d'un leader d'aujourd'hui.
- À travers ce parcours intensif (certifié ICF), vous vous donnez les moyens de mieux accompagner vos collaborateurs et à sortir avec eux gagnants de la crise actuelle et d'autres à venir. Durée : 1 lancement virtuel de 3 heures + 24 demi-journées (virtuel) ou 12 jours (présentiel).

Contenu du plan de cours

Composition du parcours :

- 1 demi-journée de lancement
- 4 modules de formation
- 1 heure de coaching mentorat personnalisé incluse
- 1 évaluation Profil Nova individuelle
- Un debrief de 60 minutes avec un professionnel certifié NOVA (nouveau), + 3 sessions de pratiques programmées en groupe de pairs entre chaque module.

Trois choix d'horaire sont possibles en fonction des dates choisies :

- de jour (jeudi et vendredi matin de 8 h 30 à 12 h 00)
- de soir (mercredi et jeudi soir de 18 h 00 à 21 h 30)
- de jour en présentiel - journées complètes (mercredi, jeudi, vendredi de 8 h 30 à 16 h 30).

1er module : les fondations.

- Découvrir le métier de leader-coach.

Copyright © 2026 AFI par Edgenda inc.

- Poser les bases d'un nouveau commencement comme leader pour avancer avec ses collaborateurs dans l'inconnu et l'incertain.
- Apprendre à co-créer la relation avec ses collaborateurs.
- Se re-connaître en s'enrichissant des diversités pour se connecter à l'autre et partant à ses collaborateurs.
- Explorer la dynamique individuelle et collective et les bases de l'approche stratégique et globale du changement en s'appuyant sur les lois des systèmes vivants.

2e module : pratiquer le leader-coaching.

- Utiliser les clés de l'énergie motrice pour accompagner sainement ses collaborateurs.
- Pratiquer l'accompagnement d'un collaborateur en mettant en place les éléments d'un contrat de séance de coaching et expérimenter comme leader les 8 compétences stratégiques d'un coach pour faire grandir ses collaborateurs et faire se transformer leur action.
- Entrer dans une relation éthique avec ses collaborateurs.

3e module : une identité-coach émergente.

- Oser se surprendre et surprendre dans l'accompagnement d'un collaborateur.
- Faire le point sur son évolution comme leader-coach et se projeter demain.
- Notre pédagogie reprend la pédagogie du Devenir de l'école de coaching d'International Mozaik et s'appuie sur leur approche expérientielle du changement, se réfère au Leadership du Vivant et ses lois. Cette pédagogie reprend les clefs de l'école de Palo Alto (systémique, communication et constructivisme) et intègre les avancées des neurosciences et de la Psychologie.De nombreux outils projectifs ou autres composent le coffre à outils des leaders.

4e module : le coaching collectif.

- Apprendre à créer la dynamique collective.
- Développer son style de leadership.
- S'entraîner à décoder les processus collectifs dans un groupe.
- S'initier à la pratique du reflet systémique d'un collectif et à la pratique du feed-back stratégique.
-

Copyright © 2026 AFI par Edgenda inc.

Pratiquer plusieurs types d'animation d'un collectif.

Approche et méthode pédagogique

Notre pédagogie est centrée sur l'intégration de la systémie et l'apprentissage d'outils stratégiques de l'école de Palo Alto. Les concepts et méthodologies sont issus de la théorie des systèmes, des neurosciences, de la Gestalt et de l'Analyse Transactionnelle. La démarche pédagogique est reliée au contexte professionnel dans une dynamique interactive entre temps de formation et temps de travail. Les participants sont placés en situation de vivre et de pratiquer les méthodologies et techniques projectives présentées. Afin de renforcer ses acquis, chaque participant prépare la conception et l'animation d'une intervention collective ou d'une séance de coaching individuel qu'il ou elle réalisera lors du 3e module. Des supports théoriques permettent de formaliser les acquis de la formation. Pendant l'intersession, les participants, réunis en groupes de pairs, expérimentent les outils transmis, travaillent sur quelques lectures conseillées et préparent l'intervention du dernier module. Ressources pédagogiques et techniques : Diffusion d'un support pendant l'animation et fichier PDF à disposition (à télécharger) sur la plateforme collaborative, Travaux individuels ou en groupe, Vidéos pédagogiques, Mise à disposition d'un espace pédagogique sur notre plateforme collaborative en ligne (incluant un cartable et une boite à outils numérique).

Prérequis

Avoir une expérience professionnelle d'au minimum 3 ans et un projet professionnel. Les objectifs individuels, la phase d'avancement du projet professionnel et les acquis existants seront recueillis lors d'un entretien préalable d'orientation avant l'inscription définitive afin de valider l'adaptation des profils au contenu annoncé.

Recommandations

Être ouvert à la réflexion personnelle et à la remise en question afin de développer sa posture de coach. Participer activement aux activités, aux échanges et aux mises en pratique durant la formation. S’impliquer dans les exercices de coaching pour favoriser l’intégration des compétences. Appliquer les apprentissages dans son environnement professionnel pour renforcer les acquis. Poursuivre le

Copyright © 2026 AFI par Edgenda inc.

développement des compétences par la pratique, la supervision ou des formations complémentaires.

Considérer cette formation comme une première étape vers un parcours de certification en coaching.

Accréditations

L'activité est reconnue par CRHA (numéro de pré-approbation : 5931).

Copyright © 2026 AFI par Edgenda inc.