

# BULLETIN D'INSCRIPTION

## Coaching

Date de début : .....

Prix de la formation : .....

Nom : ..... Prénom : .....

Adresse : .....

.....

.....

Tél. : .....

Profession : .....

Email : .....

Coach PNL  Formation. de Coach  Prépa. mentale

Je verse 30% d'acompte (à l'ordre de Psynapse ).

Je recevrai par retour une confirmation de mon inscription.

Je réglerai le solde le premier jour de la formation.

J'accepte les conditions de participation.

Date : / / Signature :

Vous bénéficier d'une réduction :

- 20 % par personne qui vous accompagne.
- 20 % pour les demandeurs d'emploi
- 20%. Pour les étudiants

Nos tarifs comprennent l'enseignement, la documentation pédagogique. Ne sont inclus ni l'hébergement, ni les repas.

Dans le cas où un séminaire réunirait un nombre insuffisant de stagiaires, nous nous réservons le droit d'ajourner ou de reporter celui-ci à une date ultérieure. Le stagiaire pourra alors à sa convenance reporter son inscription ou être remboursé.

Toute formation commencée est due en totalité. En cas d'interruption pour cas de force majeure, le participant pourra reprendre sa formation dans un autre cycle sans coût supplémentaire. Une convention comprenant l'ensemble des informations pratiques sera envoyée au stagiaire quelques jours avant le début du stage.

« Faites ce qui fonctionne ! », R. Bandler

## A qui s'adresse cette Formation ?

Cette formation s'adresse à toutes personnes intéressées par le développement et l'épanouissement personnel. Elle s'adresse aux thérapeutes, aux personnes travaillant dans la relation d'aide ; Aux responsables des ressources humaines, aux consultants et formateurs; A tous les acteurs du changement ; A toute personne désireuse de communiquer avec plus d'efficacité.

## Modalités pratiques

### Formation de COACH

Prix : 1920€/2400€part. 3600€ entreprise

Lieu : Paris

Date : 20-23/05/2010 - 24-27/06/2010 -  
16-19/09/2010 - 08-11/10/2010

Lieu : Montpellier

Date : 24-28/03/2010 - 20-23/05/2010 -  
24-27/06/2010 - 16-19/09/2010

### Préparation Mentale

Prix : 1920€/2400€part. 3600€ entreprise

Lieu : Paris

Date : 09-12/11/2010 ou 10-13/12/2010  
10-13/01/2011 - 07-10/02/2011

[WWW.PSYNAPSE.FR](http://WWW.PSYNAPSE.FR)

« Faites ce qui fonctionne ! », R. Bandler

## Coaching



Ne vous laissez pas enfermer,  
libérez votre potentiel...

**PSYNAPSE Paris**  
70 rue Compans  
75019 Paris

09 51 02 02 99  
Infos@psynapse.fr

[www.psynapse.fr](http://www.psynapse.fr)

## Coaching ?

Le coaching est un processus d'accompagnement individuel ou collectif visant à optimiser le potentiel d'une personne, d'un groupe ou d'une entreprise. Le coaching a toujours existé sous une forme ou une autre.

Il ne s'agit d'une profession à part entière que depuis peu. Par exemple, Socrate enseignait en posant des questions et se comparait à sa mère, sage femme de métier, d'où le nom de sa méthode : la maïeutique. Pour l'anecdote, le mot « coaching » vient du français « cocher ». La métaphore du cocher est intéressante, ce n'est pas lui qui décide de la destination (c'est le client) et ce n'est pas lui qui court (ce sont les chevaux)....

Le Life Coaching est le plus beau métier du monde puisqu'il consiste à accompagner des gens sur le chemin de la réussite personnelle et professionnelle. Le coaching personnel (ou Life Coaching) peut être décrit comme une suite d'entretiens en face-à-face (téléphoniques parfois) entre un client (le coaché) et un professionnel (le coach). Ces entretiens ont pour but de soutenir le coaché dans l'atteinte d'objectifs personnels ou professionnels et, plus largement, dans la réussite de son évolution personnelle. Le life coaching vous aide à réduire le fossé entre là où vous en êtes aujourd'hui et là où vous voudriez être...

**Faites quelque chose de différent**

## Formation de COACH

Coaching est le plus beau métier du monde puisqu'il consiste à accompagner des gens sur le chemin de la réussite personnelle et professionnelle. Il est difficile de parler de coaching sans parler de changement ou de transition. Changements et transitions sont au cœur du coaching.

Voici un inventaire des thèmes abordés, cette liste n'est pas exhaustive :

- L'univers du coaching;
- Présupposés, principes & fondamentaux ;
- La « Coach Attitude »;
- Les Basics (Compétences du coach);
- Les piliers de la personnalité;
- Les clés du changement;
- Boîte à outils;
- Ecoute active;
- Reformulation, questionnement;
- Changement ou transition, résistance;
- Les pièges pour le coach;
- Résolution de problème, créativité;
- Décision, organisation, gestion du temps;
- Coaching de carrière;
- Gestion de conflit, médiation, harcèlement;
- Communication assertive;
- Systémique et entreprise;
- Coaching bref, Coaching « flash »;
- Coaching de crise;
- Étude de cas ;
- Exercices d'entraînement;
- Et bien d'autres choses encore ;

**Gagnez en efficacité et rapidité  
d'intervention**

## Préparation mentale

L'objectif de la formation est de devenir un spécialiste de la préparation mentale, de développer des compétences d'accompagnement et de gestion de la performance individuelle ou collective. Et aussi de comprendre la préparation aux compétitions, concours, performances orales, représentations publiques, négociations...

Voici les principaux thèmes abordés, cette liste n'est pas exhaustive :

- Ecoute active;
- Définition d'objectifs;
- Planification, préparation, programmation;
- Performance, plaisir;
- Gestion des Etats Internes limitants(stress);
- Ancrages ressources;
- Les piliers de la performance;
- Double déclencheur de motivation ;
- La cohérence cardiaque : théorie, Pratique ;
- Et impact sur le niveau de performance;
- Notion de stress optimal;
- utilisation des respirations;
- Les sophronisations de bases, le tratak;
- Les gestes signaux ;
- Techniques de Jacobson;
- Techniques de représentations mentales;
- Acceptation progressive, projection future;
- Correction sérielle;
- Stimulation projective;
- Scénarios d'échec et scénarios gagnants;
- Générateur de stratégie gagnante;
- Autohypnose
- (Auto)-modélisation de la performance.

**Communiquez pour induire le changement**