

FICHE FORMATION « DEVENIR COACH HOLISTIQUE »

**DEVENIR COACH HOLISTIQUE**

Type de formation : Professionnalisante

Validation : Attestation de Formation – Qualification de Coach Holistique

<b>Objectifs de l'action de formation</b>	A l'issue de cette formation, l'apprenant pourra exercer et développer son activité de coach professionnel, proposer son offre d'accompagnement à une clientèle et ouvrir son cabinet de coaching
<b>Public visé</b>	RH, manager, thérapeute, professionnel du bien-être, toute personne avec un projet de création d'entreprise de coaching. Formation accessible aux Personnes en Situation de Handicap.
<b>Conditions d'accès</b>	<u>Prérequis</u> : Connaître les bases de l'accompagnement de la personne <u>Aptitudes &amp; savoir être requis</u> : Motivé, organisé, rigoureux, autonome - Aisance dans la communication à l'oral et à l'écrit. <u>Avoir un ordinateur et une connexion internet.</u>
<b>Nombre de participants</b>	Entre 4 et 6 participants
<b>Modalités de recrutement et délais d'accès</b>	Après entretien téléphonique, les candidats envoient leur dossier d'inscription (CV + Lettre de motivation). Ce dossier est supervisé et une réponse d'admissibilité est envoyée sous 48h.  Les inscriptions sont validées jusqu'à 4 jours avant le début de la formation, dans la limite des places disponibles.
<b>Durée de la formation</b>	<b>DURÉE TOTALE DE FORMATION (COURS + SUPERVISIONS + PRATIQUE) : 248 HEURES</b> La formation se déroule sur une durée de 168 heures de formation soit 28 jours de formation en FOAD (11 jours asynchrones et 17 jours synchrones) + 15 heures de supervision + 35 heures de pratique du coaching + 30 heures d'e-learning de formation sur la Création d'entreprise
<b>Dates de la formation</b>	5 sessions par an : <ul style="list-style-type: none"> <li>• du 23 janvier au 7 mars 2025</li> <li>• du 27 mars au 12 mai 2025</li> <li>• du 26 mai au 10 juillet 2025</li> <li>• du 18 septembre au 31 octobre 2025</li> <li>• du 6 novembre au 19 décembre 2025</li> </ul>



## Programme de formation

### FORMATION PROFESSIONNELLE SOCLE : 198 heures

Objectif de cette formation : former des coachs qui sauront accompagner les individus dans toutes leurs dimensions :

- o Physique
- o Emotionnelle
- o Mentale
- o Spirituelle

Le coaching holistique permet aux stagiaires d'accompagner de A à Z leurs clients sur chacune des problématiques qu'ils pourront rencontrer dans leur vie et ainsi de mettre en place une activité de coach pérenne et épanouissante.

La formation de Coach Holistique permet d'accompagner sur tous les aspects de la vie d'une personne :

- o Personnel
- o Professionnel
- o Santé
- o Famille
- o Finances
- o Social
- o Communauté
- o Spirituel

### PROGRAMME

#### **Module 1 : Les fondamentaux du Coaching Holistique**

1. Le coaching : un métier à part entière (*cours synchrone, durée 6 heures*)
2. La psychologie, une base essentielle au coaching (*cours synchrone durée 6 heures*)
3. Les fondamentaux (*cours synchrone durée 6 heures*)
4. Organisation des séances (*cours asynchrone durée 6 heures*)
5. Les différentes demandes (*cours asynchrone durée 6 heures*)
6. Les outils (*cours asynchrone, durée 6 heures*)
7. Les outils (*cours synchrone, durée 6 heures*)
8. Introduction au coaching des enfants et des adolescents (*cours synchrone, durée 6 heures*)
9. Les domaines d'intervention du coach (*cours asynchrone, durée 6 heures*)

#### **Module 2 : Dimension physique**

1. La condition humaine (*cours asynchrone, durée 6 heures*)
2. La libération du corps (*cours asynchrone, durée 6 heures*)
3. Bien nourrir son corps (*cours asynchrone, durée 6 heures*)
4. Prendre soin de son corps (*cours asynchrone, durée 6 heures*)
5. Faire circuler l'énergie corporelle (*cours synchrone, durée 6 heures*)
6. La Valorisation de soi (*cours asynchrone, durée 6 heures*)



	<p><b>Module 3 : Dimension émotionnelle</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Comprendre les émotions (<i>cours asynchrone, durée 6 heures</i>)</li><li>2. Guérir les émotions (<i>cours asynchrone, durée 6 heures</i>)</li><li>3. Gérer les émotions (<i>cours asynchrone, durée 6 heures</i>)</li><li>4. Le coaching émotionnel (<i>cours synchrone, durée 6 heures</i>)</li></ol> <p><b>Module 4 : Dimension mentale</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Comprendre sa condition d'être pensant (<i>cours asynchrone, durée 6 heures</i>)</li><li>2. Être dans l'instant présent : se libérer du stress, de l'angoisse, de la négativité et de la souffrance avec des outils de la sophrologie (<i>cours synchrone, durée 6 heures</i>)</li><li>3. Introduction aux neurosciences cognitives et comportementales (<i>cours synchrone, durée 6 heures</i>)</li><li>4. Journée de cas pratiques (<i>cours synchrone, durée 6 heures</i>)</li></ol> <p><b>Module 5 : Dimension spirituelle</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Etre et évoluer : "Deviens ce que tu es" (<i>cours synchrone, durée 6 heures</i>)</li><li>2. Se projeter dans sa vie de rêve (<i>cours synchrone, durée 6 heures</i>)</li><li>3. La boussole de l'alignement : pour garder le cap de l'épanouissement (<i>cours synchrone, durée 6 heures</i>)</li><li>4. Trouver un sens à sa vie grâce à la numérologie (<i>cours synchrone, durée 6 heures</i>)</li><li>5. Savoir gérer les énergies avec la numérologie (<i>cours synchrone, durée 6 heures</i>)</li></ol> <p><b>Module 6 : Création d'entreprise de coaching : durée 30 heures</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Présentation et validation de votre projet (<i>cours asynchrone</i>)</li><li>2. Analyser son marché (<i>cours asynchrone</i>)</li><li>3. Comment organiser son activité (<i>cours asynchrone</i>)</li><li>4. Comprendre les aspects réglementaires (<i>cours asynchrone</i>)</li><li>5. Les aspects financiers (<i>cours asynchrone</i>)</li><li>6. Obtenir les documents utiles à l'exercice de son activité (<i>cours asynchrone</i>)</li><li>7. Communiquer pour développer son activité (<i>cours asynchrone</i>)</li><li>8. Comment piloter son entreprise au quotidien (<i>cours asynchrone</i>)</li></ol> <p>JOURNEE DE BILAN (<i>cours synchrone, durée 6 heures</i>)</p> <p><b>EVALUATIONS DE FIN DE FORMATION</b></p> <p><b>STAGE DE PRATIQUE PROFESSIONNELLE (20 heures minimum)</b></p> <p><b>CERTIFICATION</b></p>
<p><b>Travaux Pratiques et supervisions</b></p>	<p><b><u>PRATIQUE DU COACHING</u> : 35 heures</b></p> <p><b><u>SUIVI ET SUPERVISION</u> : 15 heures</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>➤ 7 supervisions de groupe pendant la formation</li><li>➤ Soutien, remise à niveau, Coaching et accompagnement individuel (<i>En fonction des besoins</i>)</li><li>➤ 3 supervisions de groupe post-formation</li></ul>



<b>Méthodes mobilisées et modalités d'évaluation/ validation</b>	<b>Formation individualisée</b> : accès individuel permanent à la plateforme de FOAD, cours en présentiel par visio-conférence. Alternance de 17 journées synchrones et 11 journées asynchrones. Supports pédagogiques et Exercices d'application fournis à chaque stagiaire - Mise en Situation Professionnelle – FOAD Evaluation formative et auto-évaluation tout au long de la formation. Evaluation des acquis en fin de formation par QCM en ligne. Evaluation de la posture de coach par la remise d'une étude de cas portant sur un coaching réalisé pendant la formation. Evaluation de satisfaction de l'apprenant en fin de formation. Attestation d'entrée et de fin de formation, contrat pédagogique, bilan individuel de fin de formation.
<b>Contact</b>	<b><u>Directrice - Responsable pédagogique – Référente Handicap :</u></b> <b>Emilie Faveaux</b> : Formatrice, Coach et Gérante de l'Organisme de Formation et référent handicap. Bac+5, Titulaire d'un DESS Communication et Multimédia lui permettant d'assurer la mise en place et la supervision du E-Learning. <b><u>Coordonnées du contact :</u></b> Emilie Faveaux : 0684790385 – <a href="mailto:direction@ecoledecoachingholistique.com">direction@ecoledecoachingholistique.com</a> <b><u>Modalité de contact pour le E-Learning :</u></b> Le suivi du E-Learning sera assuré par Emilie Faveaux, qui sera joignable par téléphone et e-mail pendant les sessions de e-learning. <b><u>Méthode de suivi pédagogique :</u></b> Le suivi pédagogique est assuré lors de rdv en visio-conférence organisé pendant la formation
<b>Organisme de formation</b>	L'Ecole de Coaching Holistique est un service développé par l'Organisme de Formation Your Good Image <ul style="list-style-type: none"><li>• Certificat Qualiopi n°F0923</li><li>• N° DA 11788231178 auprès du Préfet d'Ile de France</li></ul>
<b>Tarif de la formation</b>	Tarif : 6600 € H.T. "Exonération de TVA, article 261-4-4° a du CGI"