RÉSILIENCE COACHING ET FORMATION

PARCOURS COACH INTERNE

EN DISTANCIEL



Anticiper le demain pour tous

13,5 jours sur 6 mois (Entretien-Groupe-Groupe de pairs- Travail personnel)
Janvier à juin 2027

Nadia Claudel et Czerna Assayag certifiées PCC par ICF

Éléments issus de : The Artificial Intelligence: Business Strategies and Applications Program de Berkley University

RESILIENCE coaching & formation
Accélérateur d'expérience

Qualiopi processus certifié
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
La certification qualité a été délivrée au titre de la catégorie d'action suivante :
ACTIONS DE FORMATION

ICF International Coaching Federation

University of California Berkeley



DEVENEZ LE COACH INTERNE QUE VOS ÉQUIPES ATTENDENT

Coachs internes ou futurs coachs internes, tous métiers et tous niveaux.

Comprendre la posture de coach.
Maîtriser le processus: diagnostic, contrat, accompagnement vers la solution.

Gagner en puissance selon son profil et définir son projet individuel.

Mettre l'intelligence artificielle au service du coaching.

UN FORMAT QUI ALTERNE THÉORIE, PRATIQUE ET PLAISIR

9 Jours 3 x 3h/ mois Groupe et Groupe de pairs

4 Jours Travail personnel

0,5 Jour Entretien Individuel

Webinars, vidéos et travaux individuels entre les sessions.

Digiforma : votre espace individuel : vidéos, supports et documents accessibles jusqu'a 6 mois après la formation.



Humour et improvisation créative comme leviers d'apprentissage.



DEUX FORMATRICES ET UN EXPERT IA VOUS ACCOMPAGNENT

Deux regards croisés

2 formatrices certifiées en alternance.

Un expert IA

1 expert en intelligence artificielle.

PRÉPARATION À UNE ÉVENTUELLE CERTIFICATION DES FÉDÉRATIONS DE COACHING.

MODULES ET TRAVAIL SUR SIX MOIS

Travail en groupe: 16 x 3h + 2,5h
Groupe de pairs: 3 x 2h
Travail personnel: 24h
Entretien individuel: 2,5h

Étape	Contenu	Durée
En amont	Présentation du parcours et DISC Persolog Débriefing DISC Persolog et Objectifs du parcours	1,5h 1,5h
Modules 1-2	Processus du coaching, communication et relation	4 × 3h
Préparation Module 3	Visionnage de 2 vidéos et 1 webinaire L'IA au service du coaching	3h 2 × 3h
Module 4	Cheminement face au changement- Webinaire	2 × 3h + 3h
Modules 5-6	Émotions et action- Expérimentation	3 × 3h
Modules 7-8	Intergénérationnel, coaching d'équipe- Vidéo	4 × 3h + 2h
Module 9	Préparation bilan- Bilan global en groupe	2h + 1 x 3h
Bilan	Objectif et projet professionnel Retour sur formation	1h 1h
Durant la formation	*3 Groupes de pairs - Lecture d'un livre*	*3X2h + 14h*



POSER LES FONDATIONS : CADRE, PROCESSUS ET RELATION

01

AVANT DE COMMENCER

Présentation Profil et objectifs

Profil DISC et objectifs individuels.

02

MODULE 1

Cadre et processus

Éthique et déontologie, structure de l'entretien, grille RPBDC.

03

MODULE 2

Relation et confiance

Posture de confiance, profils de personnalité, PNL et communication non violente.

MODULE 3

L'IA DEVIENT L'ALLIÉE DU COACH

L'IA joue ainsi le rôle d'un **miroir réflexif** : elle aide le coach à prendre du recul sur sa pratique, sans se substituer à son jugement professionnel.

- Identifier les forces, les limites et le cadre éthique de l'IA.
- Tester ChatGPT et Claude sur ses propres coachings. Se faire challenger par l'IA.
- 4 vidéos et des webinars avec un expert IA, puis 2 × 3h de mise en pratique.



ACCOMPAGNER LE CHANGEMENT, LES ÉMOTIONS ET L'ACTION

MODULE 4

Changement

Étapes du changement et rythme individuel.

MODULE 5

Émotions et action

Gestion des émotions, plans d'action nouveaux, créativité.

MODULE 6

Expérimentation

Coaching avec l'IA et consolidation.

PASSER DU COACHING INDIVIDUEL À L'ÉQUIPE ET PRENANT EN COMPTE DES GÉNÉRATIONS



MODULE 7

4 GÉNÉRATIONS EN ENTREPRISE

Défis et opportunités du management intergénérationnel.



MODULE 8

COACHING D'ÉQUIPE

Co-développement et supervision.

LA PRATIQUE EN GROUPE DE PAIRS, PUIS LE BILAN



01

3 groupes de pairs

Coaching sur cas réels, analyse de vidéos, réflexivité.

02

MODULE 9

Bilan collectif

Acquis, surprises et manques.

03

Bilan individuel d'1h

Objectifs de départ, projet professionnel et actions concrètes.

LE PARCOURS COMPLET

5 000 €

HT par personne. TVA en sus.

Prise de contact par téléphone ou via internet

RESILIENCE
coaching & formation
Accélérateur d'expérience

Nadia Claudel

06 09 93 13 08

Czerna Assayag

06 14 09 36 85

International Coaching Federation

Résilience Coaching et Formation

41 rue Oberlin
67000 Strasbourg