



EFFICACITÉ  
PROFESSIONNELLE

# Techniques de coaching pour améliorer la performance



## RENSEIGNEMENTS GÉNÉRAUX



### FORMAT

- Intra-entreprise



### DURÉE

La formation se déroule en 1 journée (6 heures).

(Le contenu et la durée de cette session peuvent être adaptés pour la formation sur mesure en entreprise.)



### PUBLIC CIBLE

Cette formation s'adresse à tout individu assumant un rôle de chef d'équipe et désirant utiliser le coaching afin de développer les compétences nécessaires pour optimiser le rendement de son équipe.



### APPROCHE PÉDAGOGIQUE

Modèle d'apprentissage en classe dirigé par un formateur, au rythme du groupe, avec activités pratiques structurées. Les cas et expériences des participants servent de support aux travaux de mise en application des acquis de la formation.

Approche très personnalisée et hautement interactive, les groupes sont limités à 15 participants



### LANGUE

Disponible en:

- Français



### CERTIFICATION

Attestation de formation

Emploi Québec



Tél. : 514-365-8397



Fax. : 514-365-8940



info@solutionsandco.com



www.solutionsandco.com

## DESCRIPTION

Cette formation intitulée **Techniques de coaching pour améliorer la performance** a été élaborée dans l'optique d'une formation d'initiation aux techniques de coaching et son application théorique et pratique.

Elle présente une vue d'ensemble des bases du coaching. Les participants apprennent les techniques essentielles et les attitudes à adopter pour bâtir une équipe autonome, capable d'agir et de réagir face aux différents défis et de développer les compétences nécessaires pour optimiser le rendement de chacun.

## OBJECTIFS

PERMETTRE AU PARTICIPANT DE :

- Comprendre ce qu'est le coaching ;
- Développer les compétences nécessaires à un coaching efficace ;
- Connaître les étapes d'une séance de coaching ;
- Personnaliser son approche et son style de coaching.

## CONTENU

### QU'EST-CE QUE LE COACHING?

- Qu'est-ce que le coaching?
- Savoir quand il faut coacher

### DÉVELOPPER LES COMPÉTENCES EN COACHING

- Écouter activement
- Poser les bonnes questions
- Défendre vos opinions
- Donner une rétroaction
- Recevoir une rétroaction
- Établir une entente

### GÉRER UNE SÉANCE DE COACHING

- Préparation de la session
- Conduite de la session
- Élaborer un plan d'action

### PERSONNALISER VOTRE COACHING

- Choisir un style de coaching
- Harmoniser les rôles de chef d'équipe et de coach

### PLAN D'ACTION PERSONNEL