

**CONTENU** - Durée approximative : 12 mois

**NOMBRE D'HEURES : 425**

- 1 module par correspondance
- Auto-évaluation : QCM en ligne
- 3 stages de 5 jours en **VISIO** (90 h)
- 1 stage de 2 jours en option en présentiel

*Il est nécessaire d'avoir commencé le module pour s'inscrire aux stages*

Pratique durant la formation :  
3 personnes à coacher

**MÉTHODES D'ÉVALUATION** *moyenne 10/20*

- 1 devoir final de 30 pages
- Rédaction d'un mémoire de 30 pages en fin de formation

**VALIDATION**

CERTIFICAT DE COMPÉTENCES  
PROFESSIONNELLES DE **COACH DE VIE**  
agrée par la Fédération Européenne Des Écoles



**TARIFS**

- **LE MODULE PAR CORRESPONDANCE : 594 €**

Envoi gratuit pour la France  
Envoi hors Europe : + 15 €

MODALITÉS DE RÈGLEMENT

- par carte bancaire sur [www.cerfpa.com](http://www.cerfpa.com)
- par chèques • par virement

PAIEMENT EN 6 FOIS : 6 chèques X 99 €

PAIEMENT EN 2 FOIS :

(30% à la commande : 178,20 €  
solde 70% le mois suivant : 415,80 €)

- **LES 3 STAGES en VISIO : 1 590 €**

PAIEMENT EN 10 FOIS : 159 € X 10 mois

**EN OPTION**

- **1 STAGE EN PRÉSENTIEL AU CERFPA DE 2 JOURS (week-end) : 280 €**

**25 & 26 janvier 2025**

**TEAM BUILDING OU COACHING D'ÉQUIPE**  
(hébergement en sus pour le présentiel)

- **1 STAGE D'UN JOUR EN VISIO : 120 €**

«Réussir votre création d'entreprise» (p.77)

**Judi 28 novembre 2024**

Avec le Cabinet Expert Comptable BACC35

PAIEMENT EN 2 FOIS POSSIBLE



LE CERFPA, Première école à être reconnue par la Fédération Européenne Des Écoles (FEDE) pour préparer le Certificat de Compétences Professionnelles de COACH de VIE

**CONSTRUISEZ VOTRE AVENIR !**

Cette formation de Coach de Vie vous permet d'accompagner de façon personnalisée des individus et des groupes, en cherchant à améliorer leurs compétences, à révéler leurs potentiels et optimiser leurs ressources afin qu'ils puissent atteindre leurs objectifs et devenir les auteurs et les acteurs de leur vie.

**LE PLAISIR DE CONTRIBUER À LA RÉUSSITE !**

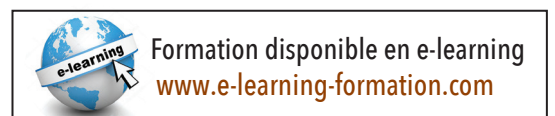
Le Coach de Vie cible les problèmes d'organisation, de prise de décision, de gestion des émotions, de conflits, de prise de fonction, de réorientation professionnelle... Il se concentre sur les dimensions positives de l'individu, sur ses forces, ses ressources, pour permettre à la personne coachée de relever ses propres défis.

**VOTRE NOUVELLE VIE PROFESSIONNELLE !**

Le coach travaille en indépendant. Il est très demandé dans le secteur de l'entreprise, de la formation, des affaires, de la finance, de l'image, du relooking, de l'art, du monde du spectacle, du sport...

Cette formation est aussi bien destinée aux managers et dirigeants d'entreprise souhaitant utiliser le coaching dans leur pratique professionnelle, qu'aux personnes qui désirent réorienter leur activité professionnelle en ouvrant un cabinet de coaching pour intervenir efficacement auprès des particuliers.

*Sur le territoire français, L'Etat ne demande pas de diplôme pour s'installer avec le titre de Coach de Vie. Cependant, pour justifier d'une assurance professionnelle RC Pro (obligatoire) et pour s'inscrire à l'URSSAF ou au RSI, ces organismes demandent de justifier d'un certificat de formation, délivré de préférence par des établissements immatriculés aux ministères officiels (Éducation Nationale, Académie du Rectorat...) tel que le CERFPA.*



## 3 STAGES EN VISIO de 9h à 17h

+ 1 stage en option en Présentiel au CERFPA

### 1 MODULE PAR CORRESPONDANCE

**Module : Le coaching** - 1 devoir final de 30 pages  
Formateur : François Colin

Le coaching personnel : Comment le définir ?  
Quels sont ses apports et bénéfices ?  
Le coach : Qui est-il ? De quoi a-t-il besoin ?  
Quelles sont ses compétences essentielles ?  
Quelles sont ses valeurs ?  
Quelle est son utilité ?  
La profession de coach  
La personne coachée : Quelle est sa demande ?  
Quelles sont ses attentes ?  
Quelles peuvent être ses résistances ?  
La relation de coaching  
Le transfert - Le contre-transfert  
L'utilisation du transfert  
Lien entre autonomie et transfert  
L'accompagnement coaching : Cadre de la relation  
Les 7 caractéristiques d'un accompagnement  
La tarification, la durée, le lieu  
La déontologie - Le démarrage du coaching  
La rencontre, la création du lien  
Le processus de coaching  
La détermination de l'objectif : A quoi sert un objectif ?  
La clarification et formulation de l'objectif  
Les 6 questions de base  
Exploration de la situation présente  
Questionner la réalité  
Recherche et choix d'options  
Les étapes de l'accompagnement  
La gestion du changement  
La résistance au changement  
Les étapes du processus de deuil  
Les valeurs  
Les ressources  
La perte d'énergie  
Les difficultés relationnelles  
Les difficultés à agir  
Les niveaux logiques  
Les outils du coach  
Le cadrage de l'entretien  
L'écoute - Le questionnement - Le feed-back  
Les ancrages et les ancrages  
Le recadrage de contenu  
Les croyances  
L'identification des priorités

**MODULES A LA CARTE EN OPTION :** (détail pages 32-33)

PNL & COMMUNICATION  
THÉRAPIE, PHYSIQUE QUANTIQUE & NEUROSCIENCES

### STAGE 1 - LES BASES DE LA COMMUNICATION

Formateur : François Colin

**Du 5 au 9 octobre 2024**

Communiquer avec aisance  
Etablir le rapport. Se synchroniser à l'autre  
Utiliser le langage de manière efficace  
Comprendre et optimiser le fonctionnement du cerveau  
Systèmes de perceptions et de représentations - VAKOG  
Observation - Filtres de perception  
Stratégies - Submodalités  
Utiliser la communication indirecte et les métaphores  
Comprendre et utiliser les mécanismes du fonctionnement mental  
Les niveaux logiques. Les positions de perception  
Les métaprogrammes  
Apprendre à fixer des objectifs concrets, motivants et atteignables

### STAGE 2 - LES OUTILS DU COACH ET MISE EN SITUATION

Formatrice : Roxane Colin

**Du 16 au 20 novembre 2024**

Acquérir les outils vous permettant d'accompagner votre client vers la réalisation de son objectif  
Optimiser ses ressources - Dépasser ses blocages  
Analyser l'objectif avec le score  
Développer un projet avec la stratégie Disney  
L'ancrage ressource au contexte - Le carré magique  
Changer les croyances avec l'ancrage spatial  
La théorie des parties - Le générateur de comportement nouveau  
Mises en situation

### STAGE 3 - GESTION DU CHANGEMENT & COACHING EN ENTREPRISE

Formateur : François Colin

**Du 14 au 18 décembre 2024**

L'objectif de ce stage est d'acquérir les outils pour le changement et l'approche de l'entreprise  
Le modèle Hudson  
Découvrir l'entreprise. Se présenter  
La situation de la personne coachée  
L'analyse de la demande. La proposition. Le contrat

### EN OPTION

### STAGE 2 JOURS EN PRÉSENTIEL au CERFPA de 9h à 17h

#### TEAM BUILDING OU COACHING D'ÉQUIPE ?

Formateurs : François et Roxane Colin

**Samedi 25 & Dimanche 26 janvier 2025**

Améliorer la compatibilité des membres d'une équipe  
Trouver sa place au sein d'une équipe  
Accompagner les collaborateurs vers un système orienté solutions  
Manager son 180° avec son équipe  
Mise en application de la CNV pour la résolutions de conflits  
Comment dessiner sa dream team : exercices pratiques  
Développer la coopération avec des jeux - Définir un plan d'actions  
Supervision