



## PLAN DE FORMATION

### **RALENTIR L'EXPERT EN SOI : COFFRE À OUTILS DE LA POSTURE COACHING**

**Formatrice : Sylvie Paradis**

#### **Objectif global**

Permettre aux participants d'explorer et de mettre en pratique certaines habiletés de communication, inspirées de l'approche coaching, visant à favoriser l'engagement et la responsabilisation de leurs collaborateurs.

#### **Plus spécifiquement, à la fin de cette formation, le ou la participant(e) aura:**

- Compris les spécificités du dialogue en mode coaching;
- Approfondi des savoir-faire et savoir-être reliés à la qualité de présence, l'écoute et l'attention;
- Exploré et mis en pratique des questions clés qui favorisent le dialogue coaching.

#### **Éléments de contenus**

- Dialogue en mode coaching dans ses interactions au travail.
- L'art de cultiver la responsabilisation et la créativité de ses collaborateurs.
- Le prix à payer pour avoir réponse à tout.
- Efficacité des questions versus les conseils.
- Qualité de présence et attention : compétences exceptionnelles.
- Éparpillement de son attention et conséquences dans ses interactions.
- Écoute véritable : Éponge, *cheerleading* ou trampoline?
- 5 questions pour ralentir l'expert en soi comme gestionnaire.
- La question magique et les pièges à éviter.
- Les mots qui enlignent le cerveau.
- Comment terminer une conversation avec force.

#### **Démarche d'apprentissage**

Exposés interactifs et exercices pratiques.

#### **Évaluation des apprentissages**

Tout au long de la formation, des mises en situation et des échanges permettront d'évaluer le niveau d'acquisition des compétences.