

Vous Avez Appris à Lire et à Ecrire ...

... Et si Vous Appreniez Maintenant Comment Générer des Changements Dans Votre Vie et Dans Celle des Autres...

Avec le **Coaching Mental**

Pourquoi apprendre VOTRE Mode d'emploi pour utiliser les capacités du cerveau ?

- * Vous souhaitez apprendre comment changer vos comportements
- * Vous souhaitez apprendre comment améliorer vos capacités et celles des autres
- * Vous souhaitez apprendre à effectuer des changements dans votre vie
- * Vous souhaitez apprendre à accompagner des personnes dans le changement
- * Vous souhaitez acquérir un outil vous permettant de mieux vous comprendre et comprendre les autres
- * Vous souhaitez apprendre les techniques utiles de la PNL pour comprendre vos mécanismes et ceux des autres
- * Vous souhaitez apprendre les techniques utiles de l'Hypnose Ericksonienne pour générer des changements rapides
- * Vous souhaitez devenir un coach sachant générer du changement auprès de vos clients
- * Vous êtes ou débutez dans une activité d'aide, d'accompagnement, de conseil et souhaitez acquérir des outils efficaces et performants
- * Vous avez déjà fait des formations et souhaitez découvrir quelque chose de vraiment différent et concret

Alors, la Formation Certifiante « Praticien en Coaching Mental » est Pour Vous !

Cette formation certifiante de Praticien en Coaching Mental vous permettra de retirer le meilleur de la PNL (programmation-neuro-linguistique) et de l'hypnose Ericksonienne.

En Europe, l'hypnose a été historiquement scindée de la PNL, ce qui n'est pas le cas dans les différentes formations qui sont données aux USA, notamment par Richard Bandler, le créateur de la PNL.

La formation de Praticien en Coaching Mental est la **seule formation de niveau professionnel en Belgique, qui combine l'intégration de la PNL et de l'Hypnose Ericksonienne, ainsi que les outils utiles du coaching commun.**



Elle est donnée par Michel Villacorta. Maître-praticien en Programmation Neuro-linguistique (PNL), praticien en Hypnose Ericksonienne et Hypnothérapeute diplômé par la plus prestigieuse organisation mondiale de certification en hypnose, la National Guild of Hypnotists (NGH - U.S.A.), Michel Villacorta coache des sportifs de haut niveau, des chefs d'entreprises, des artistes et des personnes en reconversion professionnelle. Maîtrisant admirablement l'hypnose conversationnelle et précurseur de cette nouvelle approche du Coaching, particulièrement efficace, économique, écologique et rapide, il est le **fondateur de The Mental Coaching Academy - l'Académie du Coaching Mental.**

La formation pour devenir « Praticien en Coaching Mental »

La Formation Praticien en Coaching Mental dure **10 journées complètes réparties en 5 modules de 2 jours (80 heures)**, complétées par des rencontres en groupes de pratique sous la supervision d'un formateur. Cette formation se donne en français.

Le module 6 de certification est en supplément et optionnel, il est réparti sur 2 journées de formation.

Cette formation est composée des **modèles et techniques** indispensables dans la pratique du Coaching Mental **issues de l'Hypnose Ericksonienne, de la Programmation Neuro-Linguistique (PNL) ainsi que certains modèles utiles utilisés dans le Coaching commun.**

Cette formation forme aux techniques d'une pratique : « LE COACHING MENTAL » et n'est pas une formation en psychothérapie ou une thérapie.

Pour définir cette formation nous pourrions dire que c'est une **formation au « Mode d'Emploi de notre Cerveau »** pour nous permettre d'optimiser les résultats que nous obtenons dans la vie et aider d'autres personnes à optimiser les leurs.

Cette formation a été conçue afin de permettre à des personnes de **se former rapidement** aux techniques utiles permettant de **faire des interventions efficaces** dans le cadre de l'accompagnement et l'aide aux personnes.

A qui s'adresse cette formation ?

Cette formation s'adresse à toute personne profondément désireuse d'apporter une aide avec le Coaching Mental. A noter que cette formation permettra également au praticien en Coaching Mental d'acquérir les moyens lui permettant de s'aider lui-même.

Cette formation s'adresse à vous si :

Vous êtes déjà **psychothérapeute, thérapeute, coach, ou praticien en relation d'aide** et que vous désirez ajouter une nouvelle « corde à votre arc ». Egalement si vous êtes déjà formé au coaching traditionnel et souhaitez acquérir des outils pour faire des interventions plus efficaces et plus rapides.

Vous êtes **de formation médicale ou paramédicale** et vous désirez pouvoir utiliser les techniques de Coaching Mental pour encore mieux aider vos patients.

Vous pratiquez un **métier d'encadrement ou d'accompagnement (enseignant, éducateur, assistant social, etc.)** et vous désirez maîtriser les spécificités de la communication dirigée et les techniques pratiques de la Programmation Neuro-Linguistique pour mieux accompagner et soutenir les processus de changements et d'apprentissages.



Vous venez de différents horizons et êtes **en transition de vie.** Vous désirez vous réorienter vers une nouvelle activité professionnelle plus conforme à vos aspirations profondes.

Un entretien préalable est demandé.

Le formateur se réserve le droit de refuser à des personnes souhaitant participer à cette formation si elles ne présentent pas une maturité suffisante ou les aptitudes nécessaires de base.

L'entretien d'évaluation est proposé aux participants **après la demande d'inscription.**

Les moyens didactiques utilisés



Comme pour n'importe quelle autre compétence où le savoir-faire et le savoir-être jouent un rôle fondamental, l'apprentissage du Coaching Mental s'apprend essentiellement par la **pratique et par l'observation**. Par conséquent, 70% du temps de la formation est consacré à la pratique et au partage d'expériences entre les participants. Les 30% restants sont dédiés à la présentation théorique des différents savoirs à acquérir.

La notion de "**groupe apprenant**" constitue l'un des fondements didactiques de cette formation. Cela signifie que la dynamique du groupe sera utilisée pour accélérer le processus d'apprentissage et favoriser une acquisition des connaissances basée sur l'intérêt, le plaisir de découvrir, la curiosité, l'envie et la passion.

Le processus d'apprentissage se fait d'abord en groupe, puis par deux et en individuel jusqu'à ce que chacun ait expérimenté les techniques enseignées. Les participants font l'expérimentation en tant que sujet ou de praticien. Tous les outils nécessaires à une bonne pratique sont enseignés et expérimentés. Une démonstration est faite avant chaque exercice. Le formateur corrige et donne un feedback à chaque participant.



Quelle est la taille du groupe de formation ?

Une grande importance est accordée au fait que chaque participant puisse bénéficier d'un **accompagnement et d'une supervision personnalisée** durant tout son cursus.



Compte tenu qu'une part importante de la formation est dédiée à l'expérimentation pratique des techniques enseignées, il est fondamental que la taille du groupe soit réduite afin de garantir un cadre d'apprentissage de bonne qualité. Le nombre de participants se situe entre 25 et 45 personnes maximum.

Il est demandé aux participants de se rencontrer entre les modules afin de pratiquer les techniques enseignées. Ces rencontres pourront se faire sous la supervision d'un assistant ou du formateur. Les groupes de pratiques seront constitués en fonction des disponibilités de chacun.

Quel est l'objectif de cette formation ?

L'objectif de la formation consiste à permettre au participant d'**acquérir les bases utiles de la pratique du Coaching Mental** en lui permettant de commencer à développer les aptitudes suivantes :

Savoir comment établir un cadre de travail sécurisé, éthique en respectant la "carte du monde" de l'autre.

Savoir comment valider une demande d'intervention en Coaching Mental.

Savoir comment utiliser des outils de récolte d'information permettant de cibler une intervention de Coaching Mental.

Savoir comment établir la relation et la maintenir pendant l'intervention.

Savoir comment induire un EMC ou état d'hypnose en utilisant différentes techniques.
Savoir comment utiliser les techniques de changement enseignées et faire une intervention de Coaching Mental
Savoir comment combiner Hypnose et Programmation Neuro-Linguistique dans la pratique du Coaching Mental?
Savoir identifier les résistances aux changements.
Savoir comment écouter et donner un feedback.
Savoir faire la distinction entre le processus et le contenu dans une intervention de Coaching Mental.
Savoir quelles sont les différentes parties du travail en Coaching Mental?
Savoir ce qu'est l'induction hypnotique et quels sont ses buts ?
Savoir comment guider un patient/client pour qu'il puisse entrer en transe hypnotique ?
Savoir quelles sont les différentes formes de suggestions hypnotiques et quand les utiliser ?
Savoir quels sont les phénomènes spécifiques à la transe hypnotique ou EMC et comment les utiliser ?
Savoir ce qu'est une suggestion post-hypnotique et comment l'utiliser ?
Savoir comment utiliser le Coaching Mental pour les différents types de problèmes : (habitudes néfastes, angoisses – phobies, traumatismes, estime de soi, etc.)
Savoir prendre conscience de ses compétences et de ses limites.

Quel est le contenu de cette formation ?

Etant donné que la formation se déroule sous la forme d'un processus d'apprentissage basé sur la **Méthode Puzzle** développée par le formateur, qui permet de réduire considérablement le temps nécessaire pour apprendre et intégrer, le contenu ne sera pas obligatoirement communiqué aux participants dans l'ordre ci-dessous. Un élément mentionné peut très bien être présent en pratique dans un module et la théorie abordée dans un des suivants.

Chaque module débute avec une révision du module précédent et une démonstration de l'intégration des techniques du module précédent et du module en cours.

Abréviations indiquant l'origine des thèmes de la formation :

AT : analyse transactionnelle

CC : coaching commun

H : hypnose classique

HE : Hypnose Ericksonienne

PNL : Programmation Neuro-Linguistique

SO : sophrologie

TB : Thérapies Brèves

MODULE 1 : 2 jours

- Les différentes étapes de l'apprentissage. CC & PNL
- Etablir un cadre respectueux, sécurisant et source de changements : Etablir le cadre de la formation. CC
- Valider une demande (des participants). CC
- Savoir-Faire et Savoir-Etre du Coach Mental. CC
- Les différents niveaux de changement. TB
- Définitions du coaching et du métier de coach.
- Les différentes sortes de coaching, le coaching orienté vers les solutions.
- Les compétences de base pour coacher.
- L'histoire de l'hypnose et les fondements scientifiques validant l'efficacité de l'hypnose. HC

- Les différentes formes d'hypnose. HC
- La Programmation Neuro-Linguistique. Histoire, définition, applications, limitations. PNL
- Les dernières évolutions du Coaching.
- Le Coaching Mental : définition, applications, limitations.
- Les présupposés indispensables pour la pratique du Coaching Mental. PNL
- L'inconscient et le conscient.
- Les filtres de perception de la réalité (la carte de notre perception du monde). PNL
- L'écoute active. PNL
- La Bulle Proxémique. HC
- La synchronisation (verbale, para-verbale et non-verbale. Mirroring, Pacing, Leading). HE
- L'anamnèse ou comment récolter l'information pour valider la demande et cibler l'intervention. HE
- Le Systèmes d'Orientation Sensoriels. Indicateurs de l'Orientation Sensorielle (comment nous encodons ce que nous vivons). PNL
- Les états modifiés de conscience et les inductions hypnotiques. HC
- Induction par la fixation d'un point. Outils pour induire un EMC. HE
- Induction par souvenir agréable. Outils pour induire un EMC. HE
- Induction par souvenir d'une expérience Hypnotique. Outils pour induire un EMC. HE
- Induction par Contraction/Décontraction musculaire. Outils pour induire un EMC. HE et SE
- Les fusibles de sécurité pour le confort du sujet. HE
- Les Signes Indicateurs de Transe. Identification de l'E.M.C. HE
- Techniques pour la pratique de l'hypnose : les truismes, le Yes-Settle No-Set , les Négations, la Confusion, la ratification. HE & HC
- La dissociation et la réassociation (retour). HE

Module 2 : 2 jours

- Les stratégies de comportements. Apprendre à découper nos comportements. PNL
- Conscientisation de nos schémas comportementaux et émotionnels. PNL
- Le triangle de Karpman (le triangle dramatique). AT
- Les positions perceptuelles. PNL
- Induction par Questionnement Inductif. HE
- Induction avec un sujet de paille. HE
- Induction en créant une Spirale Sensorielle. HE
- Le Meta Modèle du langage. PNL
- Les outils de communication du coach (reformuler, valider, motiver, provoquer, confronter, inspirer, recadrer, synthétiser etc...).
- Les submodalités sensorielles. PNL
- Les niveaux de transe. HC
- Les Phénomènes Hypnotiques de transe. HE
- Les différentes formes de catalepsie. La lévitation du bras. La catalepsie des paupières. HC

Module 3 : 2 jours

- Les principaux Méta programmes de nos comportements : découverte et utilisations. PNL
- Les différentes orientations relationnelles. PNL
- Les bonnes formulations d'objectifs. PNL
- Induction par un phénomène de persuasion. HE
- Induction par la fission d'un réflexe entier. HC
- Les résistances. HE

- Technique pour remodeler une histoire de vie. PNL
- Le transfert de compétences. PNL
- Les techniques d'ancrage et de désactivation d'ancre (travail sur les phobies). PNL
- Les altérations sensorielles en hypnose et leurs utilisations dans le Coaching Mental : hallucinations positives et négatives. HC

Module 4 : 2 jours

- Les recadrages verbaux et para-verbaux en Coaching Mental. PNL
- La structure type d'une intervention en coaching. CC
- Le S.C.O.R.E. : une méthode de Détermination d'Objectif. PNL
- La visualisation Mentale. PNL
- Les Croyances & les Valeurs : Les mettre à jour, les évaluer, les modifier. PNL
- Les Métaphores et leurs utilisations dans la pratique du Coaching Mental. HE
- Les Niveaux Logiques pour savoir identifier à quels niveaux faire le changement. PNL
- Créer un pont vers l'avenir. Technique de futurisation. PNL
- La technique de récapitulation : Garder son énergie et rendre ce qui ne vous appartient pas.

Module 5 : 2 jours

- Exemple de structure PNL en métaphore hypnotique et application pratique. PNL
- L'hypnose Conversationnelle. L'Hypnose sans hypnose. HE
- Le Milton Modèle. Le langage Hypnotique : Apprendre à construire des phrases hypnotiques. HE
- Prescriptions et tâches en Coaching Mental. TB
- Les suggestions post-hypnotiques. HC
- L'alliance avec le client. CC
- Les distorsions du temps. HE
- Etudes de cas et protocoles à utiliser.
- Induction par souvenir d'un contexte presque Hypnotique. Outils pour induire un EMC. HE

Module 6 : 2 jours Module de Certification

- La supervision dans la pratique. CC
- La boîte à outils du coach (structurer et compléter). CC
- Régressions : Régression simple, associé / dissocié. HC
- Régressions : Hypermnésie et catharsis. HC
- Régressions : Découverte et perception du Sens de ma réalité du Coaching. HC
- Sens & Valeurs du praticien en Coaching Mental. PNL
- Ethique et déontologie. CC & HE
- Les modalités du coaching : nombre de séances, espacement, durée, prix, Contrat, lieu. CC
- L'installation professionnelle du coach.

Préparation des élèves à la validation des acquis pour l'obtention de la Certification « Praticien en Coaching Mental »

DATES

5 week-ends de 9h à 20h (avec break d'1h15 à midi + pauses-café) à partir du 15 janvier 2011 soit les 15 et 16 janvier, 19 et 20 février, 19 et 20 mars, 30 avril et 1er mai, 21 et 22 mai, WE de la certification (facultatif) les 25 et 26 juin 2011.

LIEU

Abbaye de Floreffe, tout près de Namur.

PAF

980 € pour 5 week-ends indissociables (obtention d'une attestation) - montant à payer entièrement 15 jours avant le début de la formation. Ce montant comprend les pauses-café ainsi que le syllabus.

Nombre de places limité : pour réserver votre place, veuillez à verser rapidement un acompte de 30% soit 295 EUR.

Procédure d'inscription à suivre par toute personne intéressée par cette formation :

- 1) Compléter le formulaire : <http://www.maisonecologie.be/newsletter.php3>
- 2) Pré-réserver votre place par le paiement de l'acompte (295 € sur le compte n°: IBAN: BE95 001-1408810-58 de la Maison de l'Écologie asbl) et envoyer votre CV à pascal.cambier@maisonecologie.be
- 3) Assister à la conférence de présentation de la formation du 11 novembre à 20h à la Maison de l'Ecologie cf. <http://www.maisonecologie.be/Presentation-de-la-formation-de.html>
- 4) Nous vous fixons ensuite rendez-vous pour un entretien avec le formateur.
- 5) Une fois votre inscription confirmée et acceptée, nous vous invitons à régler le solde de votre participation.