

Master Class COACHING



**Le 11 décembre 2019
à Paris**

2 Ateliers :

- 1. Développer votre voix pour un maximum d'impact**
- 2. Les positions perceptuelles**

Animatrice : Magdalena GIEC, Coach certifiée PCC, formatrice Erickson

Personnes concernées : Coachs

Pré-requis : Etre coach professionnel

Compétences clé de l'ICF : La prise de conscience et la création du climat de confiance

Méthode : Coaching, démonstrations, training (exercices en diades et triades)

Dates : 11 décembre 2019

Horaires :

- de 9h30 à 12h30 : Atelier 1 - **Développer votre voix pour un maximum d'impact**
- de 13h 30 à 16h30 : Atelier 2 - **Positions perceptuelles**

Lieu : Paris (Forum 104 – 104 rue Vaugirard – 6e Paris)

Tarifs :

- Public : 240 €
- Alumni Erickson Coaching France : 190 €

www.erickson-coaching-france.fr - contact@erickson-coaching-france.fr

30 Boulevard Heurteloup - 37000 Tours tél. 02 47 61 61 55 fax : 02 72 22 11 30



Atelier 1 - Développer votre voix pour un maximum d'impact :

Compétence clé de l'ICF : La création du climat de confiance et d'intimité

Apprendre le registre de 4 tons en lien avec les 4 dimensions du développement humain :

1. **Ton du magicien** : légèreté, joie de créer, pensée claire.
2. **Ton du guerrier** : analyse stratégique, prise de décision et planification.
3. **Ton de l'ami véritable** : collaboration, conversation sur une même longueur d'onde.
4. **Ton du sage visionnaire** : positivisme, sécurisation de l'espace.

Objectifs :

- Parler clairement.
- Développer la capacité de vous synchroniser sur le volume, le ton, le rythme et le timbre de l'autre personne en apprenant à jouer de votre voix.
- Elargir un registre de voix : de forte à douce, de rapide à lente, d'aiguë à grave.
- Etablir un contraste entre votre message et le bruit environnant en utilisant une voix plus douce, moins rapide ou plus grave.

Questions conseillées au cours de cet atelier :

- Quelle représentation avez-vous de votre voix ?
- Qu'aimez-vous dans votre voix ?
- Qu'est-ce qui fonctionne bien dans votre voix ?
- Qu'est-ce que vous aimeriez savoir-faire avec votre voix ?

Expérimentations au cours de cet atelier :

- La voix impacte aussi bien le client et le coach, elle introduit des états de créativité (réceptivité, organisation) pour aider à recevoir, comprendre, organiser, trier et innover.
- La voix débloque le cerveau, elle aide à passer une phase lors d'une séance de coaching.
- La tonalité aide à respirer.
- Les feedbacks client et observateurs permettent de mesurer l'impact de la créativité du client.

Atelier 2 - Positions perceptuelles :

Compétence clé de l'ICF : La prise de conscience

Ce processus de coaching repose sur un esprit curieux de découvertes ; il offre une perspective élargie. Pour bien comprendre une situation, un coaché doit prendre différentes positions. Il aide à percevoir la situation ou le comportement depuis cinq points de vue différents.

1ère position : le coaché voit les choses à travers son propre regard.

2ème position : le coaché voit les choses à travers le regard d'autres personnes importantes. Il s'agit de se mettre à la place de quelqu'un d'autre (physiquement et émotionnellement) pour voir les choses sous un autre angle.

3ème position : le coaché voit les choses comme s'il était une caméra vidéo.

4ème position : le coaché voit les choses en position meta dissociée, observant ainsi la situation dans son ensemble.

5ème position : le coaché voit les choses à partir de la perspective du « nous » (vécue de l'intérieur).

Objectifs :

- Offrir de l'espace pour apprendre à changer la perception de soi et de sa situation.
- Acquérir différents angles de perception à travers des exercices de dissociation.
- Lier les actions pour ancrer la nouvelle vision de soi à travers les nouvelles habitudes que l'on développe.

Questions conseillées au cours de cet atelier :

- Comment ancrer une nouvelle vision de soi-même ?
- Que puis-je faire, quand mes actions impactent le monde ?
- Comment prendre de la distance ?
- Comment regarder une situation personnelle sous différents angles ?

Expérimentations au cours de cet atelier :

- Changer de point de vue, prendre de la distance.
- Modifier le regard sur soi-même et/ou la situation où je me trouve.
- Observer ses filtres de vision de l'autre, du monde et de tout ce qui nous entoure.
- Déplacer son regard sur soi, vers un futur "moi" qui change à travers le temps.
- Exploiter l'énergie qui est au fond de soi pour un vrai changement.