



01 LA PHILOSOPHIE

L'acquisition des compétences du coach est avant tout une question de **pratique**, c'est pourquoi cette formation de coaching se veut pragmatique et redoutablement efficace.

Ce choix est celui qui permettra aux futurs coachs de maîtriser les outils et processus de coaching à haut niveau dans le but de devenir un coach d'exception, apprendre avec passion le métier de coach, mais également **la passion de «la Vie»**.

ÊTRE UN COACH D'EXCEPTION REPOSE SUR 4 AXES

- › Devenir un coach **«holistique»**: équilibre parfait entre résultats et bien-être,
- › **Inspirant**, il travaille sur lui-même et est en évolution constante,
- › **Impactant**, il crée des résultats durables,
- › Capable de gérer les cas imprévus sans être pris au dépourvu!

LA PRATIQUE DÉLIBÉRÉE

Cette philosophie s'inspire de la philosophie du coaching sportif basée sur **«la pratique délibérée»**. Elle consiste à se focaliser à fond sur un seul élément à améliorer à la fois. Elle vise à créer des automatismes grâce à l'entraînement et la répétition jusqu'à devenir le meilleur dans sa discipline.

LES 3 AXES PRINCIPAUX DE LA PHILOSOPHIE DE L'ÉCOLE

- › Bienveillance
- › Entraînement délibéré
 - La pratique rend meilleur
 - La pratique délibérée rend exceptionnel
- › Soutien/challenge
 - Nous ne sommes pas là pour que ce soit facile mais pour avancer!

LES DIVERSES PHASES DANS LESQUELLES VOUS ALLEZ PASSER

- › C'est génial!
- › Je suis perdu!
- › J'en ai marre!
- › J'ai trop bien géré!
Ça arrivera, c'est normal et c'est parfait!

02 LES OBJECTIFS DE L'ÉCOLE

1. Toucher du doigt des choses que vous n'avez jamais vues ou vécues.
2. Créer une famille de coachs prêts à tout donner.
3. Ensemble, aller impacter des vies.
4. Devenir un coach d'exception.
5. Être surentraîné.
6. Créer une culture d'entraînement et d'entraide.
7. Vous faire grandir personnellement.



03 NOS CROYANCES/NOS VALEURS

AMBITION

«Il ne s'agit pas d'ambition aux yeux des autres, mais bien d'être à l'écoute du plus grand rêve qui sommeille en soi.»

Il ne s'agit pas non plus d'être uniquement un rêveur, mais aussi quelqu'un qui agit, se dépasse et fait preuve de pragmatisme (orienté changements).

Ainsi nous restons connectés à notre ambition.

FAIL, ADJUST, SYSTEMIZE: AUTORISATION TOTALE DE RATER

- › On célèbre d'oser faire des erreurs.
- › On apprend grâce à elles.
- › On met un système en place pour les réduire.
- › Un excellent coach pose la meilleure question ou idée qu'il a (au risque d'être mauvaise), et ajuste vite si besoin.
- › Faire une erreur est parfois la meilleure chose qui peut se passer pour le coaching, si on ajuste à la suite de ça.

EXTRA INCH : L'OBSESSION DU DÉTAIL

- › Nous croyons que le génie, la grandeur, l'extraordinaire est à quelques millimètres.
- › Nous cherchons le petit détail qui pourrait faire toute la différence, le test qui n'a jamais été effectué.
- › Nous cherchons ce qui va nous rendre fier de nous-mêmes, nous allons bien au-delà de simplement faire des choses ou suivre des protocoles.
- › Nous donnons tout ce que l'on a au service de l'autre.

ALWAYS TRANSFORM: TOUT EST RESSOURCE ET OPPORTUNITÉ

Je crois que...

- › le coaching a mal démarré... Il y a une opportunité.
- › le coaching a mal terminé... Il y a une opportunité.
- › Quelque chose ne me convient pas dans l'école ou avec quelqu'un de l'école ... Il y a une opportunité.
- › Je me sens moins bon que les autres... Il y a une opportunité.
- › Je me sens perdu... Il y a une opportunité.

EXTRÊME RESPONSABILITÉ

- › Nous focalisons sur là où nous avons du pouvoir.
- › Nous nous rappelons régulièrement que l'autre ou les événements n'ont aucun pouvoir sur nous, autre que le pouvoir que nous leur donnons.
- › Nous sommes concentrés sur comment participer à se créer la meilleure expérience pour soi et les autres.
- › Nous croyons au mouvement alors, quoi qu'il arrive, on avance, on teste quelque chose.
- › On est constructif, et en énergie riche, on souhaite et agit pour le changement.



04 QUESTIONS À (SE) POSER

- › Qu'est-ce qui fait que je passe de l'abstrait, à des changements durables dans ma vie ?
- › Qu'est-ce que je peux faire pour que perdure cet apprentissage ?
- › Comment je fais pour systématiser ce que j'ai appris ?
- › Tout ce qui se passe est une opportunité. Où est l'opportunité, le cadeau ?
- › Où est-ce que j'ai du pouvoir dans cette situation ?
- › Quelque chose ne va pas. Comment je peux contribuer à le changer ?
Quel sens cela a pour moi ?
- › Quand ça bloque: qu'est-ce que je peux changer ?