

Méthode Target®

COACHING MENTAL DANS LE SPORT ET L'ENTREPRISE

FORMATION 2020

Durée et lieux : 1,5 jours (11 h.) à Marseille et Nice ;

Tel : 06 63 68 37 32

Email : ingrid.petitjean@methodetarget.com

SIRET : 4890670410002 ; Déclaration d'activité

Organisme de Formation : 93.13.14538.13*

PUBLIC CONCERNÉ

Cette étape d'évaluation de la formation s'adresse à toute personne ayant réalisé tous les autres stages du cursus.

PRÉ-REQUIS

Avoir déjà validé les stages MT1, MT2, MT3 et MT4.

OBJECTIFS

A l'issue de cette formation le stagiaire :

- *Aura des compétences techniques et théoriques concernant les outils, techniques et stratégies d'accompagnements en coaching et performance mentale.*
- *Saura établir un diagnostic et une stratégie d'accompagnement dans le cadre d'un accompagnement individuel.*
- *Aura acquis la posture de coach et aura du recul sur sa pratique.*

SUPPORTS PEDAGOGIQUES

- *Examen étude de cas associé à un DPM.*
- *Grille d'analyse du coaching : les cartes du coaching.*
- *Plan structurel de présentation des supervisions.*

FORMATEURS

Petitjean Ingrid : *Formatrice, coach et préparateur mental. Ancienne sportive de haut niveau. Coach certifiée (Ecole Vincent Lenhardt). Diplômée Universitaire de Coaching et Performance Mentale.*

Christian Target : *Formateur, coach et préparateur mental. Fondateur de Méthode Target, présent en co-animation sur certains stages.*

VALIDATION / SANCTION

Une attestation sera remise à chaque stagiaire qui aura suivi la totalité de la formation. Ce cursus certifie le stagiaire en tant que coach expert MT.

ACCESSIBILITE

Nous étudions au cas par cas toutes les situations de handicap afin d'envisager une intégration dans la formation. Dans le cas contraire, nous prévoyons une orientation vers des organismes appropriés.

CURSUS DE FORMATION COACH EXPERT METHODE

TARGET

Evaluation

DEUX ETAPES D'EVALUATION

Supervisions MT5 :

A l'issue d'un stage de 60 heures réalisé au près de 3 personnes différentes, le stagiaire présentera un bilan de ses coachings.

Le bilan sera rédigé en amont des supervisions et mettra en avant la démarche suivie, le compte rendu des différentes séances réalisées et sera accompagné du plan d'entraînement mental inter-séances ainsi que de la copie des exercices réalisés par les coachés.

Le stagiaire fera aussi état du recul pris à l'issue des séances, en termes de pistes d'améliorations éventuelles et points forts délivrés pendant les séances.

Lors de la supervision, le stagiaire exposera son travail et répondra aux questions du formateur. Les axes suivis concerneront autant les contenus abordés pendant les séances que la posture du coach.

Examen MT 6 :

L'examen consiste en une épreuve écrite et un coaching live.

L'épreuve écrite porte sur des questions théoriques et une étude de cas associée à un diagnostic de performance mentale.

Le coaching live sera évalué grâce à la grille des cartes du coaching, sur le même format que lors du dernier jour de stage MT4. La séance durera 45 minutes et sera suivie de questions portant sur l'analyse de la séance.

Ces étapes d'évaluation sont également des étapes de formation avec bilan et retours du formateur par rapport au travail fourni par le stagiaire.

CONTENU ET MÉTHODE PÉDAGOGIQUES