

Bertrand de BELMONT
BdB Accompagnement & Coaching
80 rue de Gergovie 75.014 Paris
06.12.62.98.58
bertrand@bdeb-coaching.fr
www.bdeb-coaching.fr



PROGRAMME DE FORMATION

MANAGERS – ADOPTEZ LA POSTURE COACH

OBJECTIFS DE LA FORMATION

À l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de :

- Clarifier sa posture managériale et intégrer les fondamentaux de la posture coach
- Développer une qualité de relation favorisant l'autonomie, la responsabilisation et la coopération
- Mener des entretiens managériaux en posture coach (accompagnement, recadrage, décision difficile)
- Adopter une posture réflexive pour ajuster durablement ses pratiques managériales
- Renforcer la qualité des relations au sein de son équipe dans des contextes complexes et évolutifs

PUBLIC VISE

- Managers de proximité
- Managers intermédiaires
- Responsables d'équipe
- Cadres
- Tout professionnel en situation de management souhaitant faire évoluer sa posture managériale vers une posture coach

PREREQUIS

- Être en situation de management (hiérarchique ou fonctionnel)
- Savoir lire, écrire, parler et comprendre le français

DUREE

- **4 demi-journées de formation** de 3h30 (soit **14 heures**)
- **1 demi-journée de Retour d'Expérience** de 3h30, organisée **8 à 10 semaines après** la fin des modules (incluse)

MODALITES D'ORGANISATION

- Formation en présentiel ou distanciel synchrone
- Groupe de **6 à 10 participants maximum**
- Rythme : hebdomadaire (1 module par semaine)

PROGRAMME DE LA FORMATION

MODULE 0 : Accueil et introduction (1h00)

Au cours de ce module, le stagiaire découvrira le cadre de la formation, ses objectifs et les modalités de fonctionnement du parcours.

À l'issue de ce module, le stagiaire sera capable de :

- Identifier les objectifs et les attendus de la formation
- Comprendre le cadre pédagogique et les règles du travail collectif
- S'engager dans une dynamique d'apprentissage active et réflexive

MODULE 1 : Les fondamentaux de la posture coach (2h30)

Au cours de ce module, le stagiaire découvrira les principes fondamentaux de la posture coach et leurs enjeux dans le rôle managérial.

À l'issue de ce module, le stagiaire sera capable de :

- Expliquer les enjeux de la posture coach dans le management contemporain
- Identifier les différences entre posture de manager expert et posture de manager coach
- Adopter les premiers repères comportementaux de la posture coach
- Mener un entretien managérial simple en posture coach

Mise en pratique :

Entraînement en entretien managérial suivi d'un débriefing collectif

MODULE 2 : Être en relation (3h30)

Au cours de ce module, le stagiaire approfondira sa compréhension des dynamiques relationnelles et des freins à la relation.

À l'issue de ce module, le stagiaire sera capable de :

- Identifier les mécanismes de projection psychologique dans la relation managériale
- Repérer ses propres schémas relationnels et zones de vigilance
- Développer une posture de présence dans la relation
- Utiliser le questionnement comme levier managérial

Mise en pratique :

- Expérimentation autour des notions d'ombre individuelle
- Entraînement en entretien managérial avec débriefing structuré

MODULE 3 : Appréhender la complexité et gérer les entretiens délicats (3h30)

Au cours de ce module, le stagiaire travaillera sa posture dans des situations managériales complexes et à fort enjeu relationnel.

À l'issue de ce module, le stagiaire sera capable de :

- Distinguer pensée analytique et pensée systémique
- Identifier ses réflexes habituels face à la complexité
- Conduire un entretien de recadrage en posture coach
- Conduire un entretien d'annonce de décision difficile

Mise en pratique :

- Jeux de rôle à partir de situations réelles des participants
- Débriefings collectifs et individuels

MODULE 4 : Approfondir la posture de manager coach (3h30)

Au cours de ce module, le stagiaire approfondira les leviers relationnels favorisant la coopération et la reconnaissance.

À l'issue de ce module, le stagiaire sera capable de :

- Utiliser les principes de la communication non violente dans sa pratique managériale
- Adopter une posture appréciative dans ses échanges
- Intégrer la notion de reconnaissance (strokes) dans son management
- Améliorer la qualité des relations au sein de son équipe

Mise en pratique :

- Entraînement en entretien managérial
- Expérimentations collectives autour de situations d'équipe

MODULE 5 : Retour d'Expérience (3h30)

Ce module vise à ancrer les apprentissages par le partage d'expériences vécues depuis la formation.

À l'issue de ce module, le stagiaire sera capable de :

- Analyser les changements opérés dans sa posture managériale
- Identifier ses réussites et ses axes de progrès
- Ajuster ses pratiques à partir des retours d'expérience

METHODES ET MOYENS PEDAGOGIQUES

- Pédagogie interactive et expérientielle
- Apports théoriques courts et ciblés
- Entraînements pratiques à partir de situations réelles
- Travail réflexif individuel et collectif
- Échanges entre pairs
- Carnets de bord pédagogiques remis aux participants

MOYENS TECHNIQUES

- Salle permettant le travail en sous-groupes
- Paperboard, post-it, supports pédagogiques
- Outils numériques si formation à distance

FORMATEUR

Bertrand de Belmont

- 25 ans d'expérience en entreprise (Direction Financière)
- Coach professionnel certifié RNCP niveau 6
- Formateur en management et leadership
- Certifié DISC
- Praticien Analyse Transactionnelle
- Praticien Ennéagramme

MODALITES DE SUIVI ET D'EVALUATION

L'évaluation des acquis est réalisée à travers :

- Les exercices pratiques réalisés en formation
- Les mises en situation managériales
- Les retours d'expérience et auto-évaluations
- L'implication et la progression observées tout au long du parcours

Un **certificat de réalisation** et une **attestation de formation mentionnant les acquis** sont remis à l'issue de la formation.

MODALITES DE CONTROLE DE L'ASSIDUITE

- Feuille de présence signée par le stagiaire et le formateur pour chaque demi-journée

TARIF

Pour des individuels :

- Particulier : 550 €
- Entreprise et indépendant : 1.500 €

Pour des entreprises en intra : sur devis

MODALITES ET DELAIS D'ACCES

- Sessions organisées tout au long de l'année
- Inscription validée après entretien de positionnement
- Délai d'accès variable selon modalités de financement (autofinancement ou financement externe).

Le règlement intérieur ainsi que le livret d'accueil sont disponibles [ici](#).

ACCESSIBILITE

Les personnes en situation de handicap sont invitées à contacter le référent handicap afin d'étudier les possibilités d'adaptation.

Référent handicap : Bertrand de Belmont
Mail : bertrand@bdeb-coaching.fr
Tel : 06.12.62.98.58

MODALITES TECHNIQUES

Le stagiaire a la possibilité d'adresser un mail ou d'appeler le formateur pendant et après la fin de la formation.

Si celui-ci n'est pas disponible immédiatement, il apportera une réponse sous 3 jours.

Coordonnées de contact : Bertrand de Belmont / Tel : 06.12.62.98.58

QUALITE ET SATISFACTION

En de 2023 à 2025, 64 stagiaires ont été formés sur ce thème de formation. Leur note de satisfaction moyenne est de 4,8 sur 5, et aucun stagiaire n'a abandonné en cours de formation. Leur taux d'assiduité est de 100%.

CONTACT

Référent pédagogique et administratif :

Bertrand de Belmont

✉ bertrand@bdeb-coaching.fr

☎ 06.12.62.98.58