INSTITUT
MÉTAPHORMOSES
Faites de vos crises et défis des opportunités de transformation fructu-heureuse

Formation, Coaching, Supervision de Coach et de Manager Coach

Notre spécificité : identifier l'or dans ce qui plombe
Notre raison d'être : accompagner entreprises, coachs, salariés et particuliers à :

- utiliser leurs crises et défis comme leviers d'accomplissements et de succès
- vivre sereinement et fructueusement les périodes de transitions et de transformations personnelles et professionnelles
- identifier leur raison d'être, leur singularité porteuse de sens

TRANSFORMER SES DÉFIS EN SOURCES DE SUCCÈS

DÉTECTER, DÉSAMORCER ET TRANSFORMER LES SITUATIONS DE CRISE, CONFLIT, STRESS ET BURN-OUT
FAIRE DE SES DIFFICULTÉS DES OPPORTUNITÉS-CLÉS DE RÉUSSITE ET D'ACCOMPLISSEMENT

PROGRAMME PEDAGOGIQUE

REF #718

OBJECTIFS

- Savoir détecter, dans les difficultés relationnelles et situationnelles, des ressources porteuses de sens, et des opportunités de transformation bénéfique, alignée avec ses valeurs
- Transformer une situation de crise en sources d'épanouissement, d'accomplissement et de succès
- Se positionner et communiquer positivement, notamment en situation de défi, de conflit ou de mal-être
- Insuffler l'intelligence collective et un esprit d'équipe positif

COMPÉTENCES VISÉES

- repérage des zones d'inconfort, crises, difficultés, dysfonctionnements et de leurs causes profondes
- détection de ses propres ressources nées de situations difficiles préalables
- capacité à utiliser ses potentiels inexploités
- gestion des situations difficiles dans les relations interpersonnelles ou en situation de crise
- transformation d'une situation de crise en opportunité nouvelle, porteuse de sens et de réussite, pour soi et pour le collectif
- développement de son leadership avec les autres et sur les événements
- développement de l'efficacité de sa communication interpersonnelle, en particulier en zone d'incertitude, de conflit ou de mal-être

PARTICIPANTS

- Salariés, DRH, managers, animateurs d'équipe ou de projets désirant :
  - davantage d'intelligence collective et d'esprit positif
  - transformer des crises en opportunités nouvelles pour soi, l'équipe et l'entreprise
- Toute personne cherchant à comprendre et transformer à son bénéfice et au profit d'un collectif ses difficultés occasionnelles ou récurrentes

PRÉ-REQUIS

Aucun.
L'inscription se fait suite à un entretien oral préalable de positionnement, avec la formatrice.

APTITUDES

Les apprenants doivent être aptes à envisager de nouvelles manières d'appréhender des situations difficiles, et à communiquer dans le respect d'autrui et dans la neutralité.

METHODES PEDAGOGIQUES ET OUTILS D'EVALUATION

La formation se déroule sous forme d'enseignements théoriques, d'échanges, d'autodiagnostics et d'exercices pratiques, avec des « feedback » du formateur et des autres stagiaires sur les points forts et les options à envisager.
Des supports pédagogiques sont transmis pour faciliter l'appropriation de la méthode.
Pendant la formation, des tests de mise en pratique sont réalisés. Une évaluation des acquis professionnels se fait tout au long de la formation et en fin de formation.
A l'issue de la formation, un entretien d'évaluation individuel est proposé aux stagiaires.

EFFECTIF

Cette formation est réalisée en collectif de petit effectif (6 à 8 personnes).

Elle peut aussi se réaliser en individuel.

DUREE, DATES ET LIEU

La formation est d'une durée de 35 heures : 10 demi-journées de 3h30
Les dates des sessions sont calées en collégialité avec l'ensemble des participants.
Les sessions sont espacées de 15 jours à trois semaines et se déroulent par visio-conférence.

INTERVENANT

Charlotte de Silguy, fondatrice du coaching alchimique, coach, certifiée PCC par l'ICF (International coaching Federation) superviseur de coachs, consultante, formatrice, accompagnatrice de transitions professionnelles ou de nouveaux contextes professionnels, et de nouveaux modes de management.

DÉROULÉ DE LA FORMATION

Session 1 à 4 : Appropriation de la méthode, avec exercices pratiques

- Détection des typologies de difficultés, et de leurs analogies et répétitions dans plusieurs domaines de la vie professionnelle et personnelle, actuelle et passée
- Identification des ressources induites : besoins et aptitudes
- Recherche et mise en œuvre d'un plan d'action permettant de d'exprimer et mettre en œuvre des potentiels inexploités

Session 6 à 10 : Utilisation de la méthode sur des cas concrets apportés par les stagiaires

TARIFS 2026

Indépendants - TPE :
2 400 €HT
Entreprises :
3 500 €HT
Formation ou coaching en séances Individuelles :
3 000 €HT (9 séances de 1h15)