

Créer ma Vision de coach

L'objectif de ce guide : vous aider à identifier et créer votre plus belle Vision de vous comme coach.

Vous pouvez utiliser ce guide comme un outil de travail, puis comme un mémo de ce qui est essentiel à votre réussite en tant que coach.

Ce guide comprend 4 parties principales, chaque partie comprenant une phase "exploration", et une phase "synthèse". Le fil directeur de ce guide de votre activité professionnelle est l'application du processus CAP à votre Vision en tant que coach.

Pilier 1 : s'écouter

Dessiner sa Vision de coach CAP

- ◇ Quel coach impactant je veux être ?
- ◇ Quelles valeurs professionnelles (et personnelles) sont essentielles pour moi ?
- ◇ Qu'est-ce qui m'anime et me fait vibrer en profondeur ?

Pilier 2 : choisir l'amour

Créer sa Vision de coach CAP

- ◇ Si j'incarnais ma valeur en tant que coach, qu'est-ce que je ferais ?
- ◇ Sur quelles forces, compétences, ressources m'appuyer pour créer ma Vision ?
- ◇ Qui m'inspire et me fait vibrer en tant que coach ?

Pilier 3 : accueillir la peur

Accueillir la peur pour créer sa Vision de coach CAP

- ◇ Quelles créations mentales limitantes accueillir pour rester focus sur ma Vision ?
- ◇ De quoi ai-je peur ?
- ◇ Quelle croyance m'empêche de devenir un excellent coach ?

Pilier 4 : agir

Organiser sur la durée le "Créer sa Vision"

- ◇ Comment m'organiser pour acquérir ces compétences ?
- ◇ Par quoi commencer car c'est le plus impactant ?
- ◇ Comment vais-je suivre mon plan d'actions ?
- ◇ Quels sont mes leviers de motivation ?

Pour réussir votre projet professionnel :

- ◇ Le présent guide à remplir
- ◇ Un entretien personnalisé de 2h consacré à votre projet professionnel, sur la base de votre plan d'actions
- ◇ Des ateliers thématiques consacrés au développement de votre entreprise de coach

1^{ère} partie : Définir votre Vision de coach

Objectif

Identifier votre Vision de coach et les états d'être qui lui sont associés, pour répondre aux questions :

- ◇ Quel coach impactant je veux être ?
- ◇ Quelles valeurs professionnelles (et personnelles) sont essentielles pour moi ?
- ◇ Qu'est-ce qui m'anime et me fait vibrer en profondeur ?

Exploration

Étape 1 : dessiner sa Vision

Utilisez les différents outils du pilier 1 "s'écouter" appliqués à l'objectif "Créer ma vision de coach"
Réunissez ici les éléments qui émergent de ces explorations

Les visualisations

- ◇ la journée de coaching idéale (fiche-outil La journée idéale)

- ◇ une journée professionnelle à vivre (fiche-outil Une journée à vivre)

-
-
-
- ◇ le voyage dans le temps (en cours de carrière pour revenir sur les moments les plus vibrants de sa pratique du coaching)

-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
- ◇ la rencontre avec son Moi-coach lumineux (fiche-outil Rencontre avec mon Moi-coach lumineux)
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-

Les questions

- ◇ souvenirs intenses (pour celles et ceux qui ont déjà réalisé des coachings)

Quels sont les moments de votre carrière de coach où vous vous êtes senti vivre ?

Pourquoi ?

Quand vibrez-vous lorsque vous accompagnez ?

De quoi êtes-vous le.a plus fièr.e dans votre métier de coach ? Cette année ? Ces 10 dernières années ?

Quand avez- vous ressenti les émotions positives vibrantes les plus élevées ?

Quand vous êtes-vous senti baigner dans l'amour ? Dans la joie ?

Qu'est-ce qui vous a émerveillé ?

◇ questions hypothétiques

Si vous incarniez l'amour, quel coach aimeriez-vous être ?

Si vous étiez pleinement libre, quel coach seriez-vous ? Pourquoi ?

Si vous écoutiez votre âme vous parler de votre appel vers le coaching, qu'entendriez-vous ?

Les exercices

◇ L'enterrement (fiche-outil pratique de l'enterrement, cibler son rôle de coach)

- ◇ Le journal qui vibre (pour affiner votre désir de spécialisation, identifier les moments les plus vibrants de vos accompagnements)

L'énoncé de mission

- ◇ Votre Vision professionnelle, le message que vous aimeriez laisser en tant que coach (vous pouvez reprendre ici ce que vous aviez identifié lors de la rédaction de l'énoncé de mission au module 2)

Les 8 compétences du coach

Rappel :

- | | | |
|---------------------|-----------------------------|--------------------------------|
| ◇ Être aligné | ◇ Être exigeant | ◇ Cultiver l'autonomie |
| ◇ S'adapter | ◇ Écouter le coaché | ◇ Créer un climat de confiance |
| ◇ Être bienveillant | ◇ Être tourné vers l'action | |

Comment cela résonne-t-il avec ce que vous avez identifié jusque là ?

Étape 2 : clarifier sa Vision

Vérifier

- ◇ Reprendre toutes les manifestations de la voix de votre âme de coach listées au cours des différentes pratiques
- ◇ Vérifier que c'est vraiment une émotion vibrante
Qu'est-ce que cela m'apporte ?
Comment est-ce que je me sens à ce moment là ?
- ◇ Faire la liste des valeurs, des expressions de son âme de coach, identifiées dans les différentes pratiques

Regrouper

- ◇ Reprendre toutes les valeurs conservées suite à cette vérification
- ◇ Vérifier que ces valeurs sont bien différentes les unes des autres

L'objectif ? Clarifier pour mieux nourrir votre Vision de coach.

Définir

- ◇ Pour chaque valeur, demandez-vous :
 Qu'est-ce que j'entends par là ?
 Comment est-ce que je sais que je la ressens pleinement ?

Synthèse : Mes valeurs de coach

MES VALEURS DE COACH	COMMENT JE LES DÉFINIS

2^{ème} partie : Créer votre Vision de coach en choisissant l'amour

Objectif

Créer votre Vision de coach CAP, en répondant notamment aux questions :

- ◇ Si j'incarnais ma valeur en tant que coach, qu'est-ce que je ferais ?
- ◇ Sur quelles forces, compétences, ressources m'appuyer pour créer ma Vision ?
- ◇ Qui m'inspire et me fait vibrer en tant que coach ?

Exploration

Étape 1 : dessiner sa Vision

Utilisez les différents outils du pilier 1 "s'écouter" appliqués à l'objectif "Créer ma vision de coach"
Réunissez ici les éléments qui émergent de ces explorations

Les visualisations

- ◇ Visualisation je crée ma Vision :
 - > reprendre les différents états d'être identifiés comme essentiels,
 - > examiner le faire comme si,
 - > en déduire des actions pour le mettre en pratique concrètement (gestes, voix, posture, ou encore compétences, formations...)

- ◇ Visualisation expériences ressources : adapter cette pratique aux états d'être essentiels, et aux compétences

- ◇ Visualisation personnes ressources :

- > identifier un modèle de coach impactant,
- > le modéliser,
- > en déduire des actions pour arroser les graines de ce qui est déjà en soi

◇ Visualisation comité de soutien :

- réunir dans ce comité les personnes inspirantes pour créer sa Vision de coach,
- le solliciter pour créer sa Vision

◇ Visualisation du Moi lumineux :

- modéliser son Moi lumineux en observant ou en se mettant à sa place,
- en déduire des actions

Les questions

- ◇ Les questions pour faire plus ce qui permet d'expérimenter les états d'être, pour les coachs qui ont déjà pratiqué

Quand ressentez-vous (*état d'être identifié partie 1*) ?

Quels sont les moments professionnels propices à ressentir cela ?

Que pourriez-vous faire davantage pour ressentir cela plus souvent dans le cadre de votre activité de coach ?

Quoi d'autre ?

Quand allez-vous commencer ?

Comment est-ce que je sais que je la ressens pleinement ?

ÉTAT D'ÊTRE DE SA VISION	MOMENTS PROFESSIONNELS PROPICES	PROPOSITIONS POUR LES RENFORCER (1 PROPOSITION PAR MOMENT IDENTIFIÉ)	QUAND

[illegible]

[illegible]

[illegible]

Les questions

- ◇ Les questions pour faire comme si (perceptions, pensées, paroles, gestes, compétences...)

- Les perceptions

Si vous étiez *l'état d'être*, que verriez / entendriez / sentiriez-vous ?

- Les pensées, le premier niveau de création

Si vous étiez *l'état d'être*, que penseriez-vous lorsque vous êtes en coaching ?
Avant ? Après ?

- Les paroles, le 2^{ème} niveau de création.

Si vous incarniez *l'état d'être*, que diriez-vous ?
Comment serait votre voix quand vous coachez ? Votre expression ?
Que répondriez-vous dans cette situation qui vous fait peur ?

➤ Les actes, le 3^{ème} niveau de création.

Que ferait *l'état d'être* si vous l'incarnez pleinement, pendant vos coachings ?
Votre posture ? Vos gestes ?
Comment coacheriez-vous ? Comment prépareriez-vous vos coachings ?
Comment se dérouleraient vos journées d'accompagnement ?

L'écriture

◇ Les mantras

- Écrire son mantra de coach, ou bien un mantra par état d'être identifié pour dessiner sa Vision de coach
- Le répéter régulièrement (en faire un joli encadré qui surplombera son bureau ?)

“

”

“

”

“

”

“

”

“

”

◇ La lettre à soi-même

S'écrire une lettre d'amour de Soi coach merveilleux qui incarne pleinement sa Vision, à Soi, parfois en proie aux doutes.

Quels messages aimerais-je garder avec moi pour réussir mes accompagnements et ma carrière de coach ?

La relire régulièrement pour s'en imprégner

Utiliser vos forces et aspirations pour vivre pleinement cette lettre d'amour à Soi.

Écrire l'histoire de sa vie de coach, mais une version extraordinaire. Une vie professionnelle où vous incarnez pleinement votre Vision, du début à la fin.

La traduire en actions :

Qu'est-ce que je fais de particulier dans ma vie de coach extraordinaire ?

Et dans les situations difficiles ?

Qu'est-ce qui est différent dans ma posture, mes pensées, ma voix, mes paroles, mes actes, mes habitudes ?"

MA POSTURE	
MES PENSÉES	
MA VOIX	
MES PAROLES	
MES ACTES	
MES HABITUDES	

La gratitude

◇ Visualisation de gratitude

- L'inviter à ressentir une reconnaissance profonde, comme une vague de lumière et de chaleur dans un lieu évocateur
- Reconnaissance pour ce lieu, pour son être et chaque partie, pour chaque personne, pour chaque événement même douloureux
- Reconnaissance pour le coaching, pour être déjà le coach de sa Vision

◇ Réciter, écrire une prière de gratitude à l'Univers pour être déjà le coach impactant de sa Vision

Qu'est-ce qui ressort de ces pratiques pour vous aider à créer votre vision de coach ?

Qu'allez-vous mettre en place pour faire comme si vous étiez déjà ce coach impactant ?

| Le tableau de vision

Créer son tableau de visualisation "Ma Vision de coach"

Suivre le principe du Vision Board, appliqué à votre objectif "Devenir ma plus belle pensée sur Moi-Coach"

Coller ici une photo de ce tableau de Vision, pour l'avoir à portée de main dans le guide :

| Le plan d'actions compétences

Reprendre ses idées de mise en application des 8 compétences du coach

Voir en quoi cela enrichit sa réflexion pour créer sa Vision de coach

COMPÉTENCE	MISE EN APPLICATION
ÊTRE ALIGNÉ	
S'ADAPTER	

COMPÉTENCE	MISE EN APPLICATION
ÊTRE BIENVEILLANT	
ÊTRE EXIGEANT	
ÉCOUTER LE COACHÉ	
ÊTRE TOURNÉ VERS L'ACTION	
CULTIVER L'AUTONOMIE	
CRÉER UN CLIMAT DE CONFIANCE	

Qu'est-ce qui est différent dans votre Vision aujourd'hui ?

Qu'est-ce qui manque à votre plan d'actions compétences ?

Qu'est-ce que vous ne souhaitez pas continuer ?

Les forces

◇ Identifier ses forces

Quelles sont vos 3 forces et vos 3 talents principaux ?

Comment cela se traduit-il chez vous ?

◇ Les mettre au service de votre Vision de coach

En quoi peuvent-elles être utiles à votre Vision de coach ? (*Trouvez 3 idées par force, 3 idées par talent*)

Comment les mettre en avant ?

Qu'allez-vous faire autrement sachant cela ?

FORCES & TALENTS PRINCIPAUX	IDÉES D'UTILISATION	MODALITÉS

FORCES & TALENTS PRINCIPAUX	IDÉES D'UTILISATION	MODALITÉS

Synthèse : les 10 actions clés

Reprendre ses notes et faire ici la synthèse des 10 actions les plus impactantes pour créer sa Vision de coach :

	INTITULÉ DE L'ACTION	DESCRIPTION	COMMENT	1 ^{ÈRE} ACTION
ACTION N°1				

	INTITULÉ DE L'ACTION	DESCRIPTION	COMMENT	1 ^{ÈRE} ACTION
ACTION N°2				
ACTION N°3				

	INTITULÉ DE L'ACTION	DESCRIPTION	COMMENT	1 ^{ÈRE} ACTION
ACTION N°4				
ACTION N°5				

	INTITULÉ DE L'ACTION	DESCRIPTION	COMMENT	1 ^{ÈRE} ACTION
ACTION N°6				
ACTION N°7				

	INTITULÉ DE L'ACTION	DESCRIPTION	COMMENT	1 ^{ÈRE} ACTION
ACTION N°8				
ACTION N°9				

ACTION N°10

INTITULÉ DE L'ACTION	DESCRIPTION	COMMENT	1 ^{ÈRE} ACTION

Exemples :

ACTION N°1

INTITULÉ DE L'ACTION	DESCRIPTION	COMMENT	1 ^{ÈRE} ACTION
LES GESTES LENTS	Avoir une posture consciente et posée pendant mes coachings, me tenir le dos droit, joindre mes mains en mudra	1. M'exercer à cette posture quand je suis à mon bureau 2. Afficher un rappel sur mon bureau d'ordinateur	Choisir mon mudra

ACTION N°2

LA CONFIANCE	Ancrer, nourrir, exprimer ma joie d'être coach	1. Alimenter ma page Facebook de textes pour exprimer ma gratitude et ma joie d'être coach 2. Oser parler de mon métier autour de moi	Écrire un premier texte
---------------------	--	--	-------------------------

3^{ème} partie : Créer votre Vision de coach en accueillant les peurs

Objectif

Accueillir la peur pour créer sa Vision de coach CAP

- ◇ Quelles créations mentales limitantes dois-je accueillir pour rester focus sur ma Vision ? De quoi ai-je peur ? Quelle croyance peut m'empêcher de devenir un excellent coach ?
- ◇ Comment puis-je créer ma Vision en accueillant cette création mentale ?

Exploration

Étape 1 : identifier les créations mentales limitantes

Faites la liste des croyances que vous avez et qui ne vous aident pas à libérer votre puissance de coach

Faites la liste des peurs qui vous freinent dans votre épanouissement en tant que coach

Regroupez ici les 10 créations mentales principales qui ne vous aident pas à créer votre Vision de coach

Exemples :

- ◇ Peurs et croyances liées à l'argent
 - "Un coach ne gagne pas bien sa vie"
 - "On ne peut pas vivre de sa passion"
 - "Il faut souffrir pour gagner sa vie"
 - "Avoir beaucoup d'argent n'est pas correct"
 - "Les riches sont malhonnêtes"
 - "S'enrichir c'est appauvrir les autres"
- ◇ Le syndrome de l'imposteur
 - "Je manque de diplôme, de formation, de pratique"
 - "Je ne suis pas assez "bien" pour mes clients"
 - "Je pratique un tarif peu élevé et je suis en difficultés"
- ◇ Les autres croyances fréquentes
 - "Je ne vais pas trouver de clients"
 - "Je ne sais pas me vendre"
 - "Il y a trop de coaches"

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____
8. _____
9. _____
10. _____

Étape 2 : accueillir la peur et créer sa Vision

Les méditations - visualisations

Pour chaque pratique : un temps de pratique, puis un temps de questionnement "Comment puis-je utiliser cela pour créer ma Vision ?"

◇ Visualisations de l'enfant intérieur : l'enfant symbolise une peur, une croyance

- ◇ Visualisation du temple de gratitude : faire venir la croyance, la peur dans cet espace de gratitude

- ◇ Méditation sur l'amour bienveillant : envelopper la croyance, la peur de cet amour

- ◇ Expériences ressources : utiliser des coachings réussis, ou des moments où ces peurs et croyances ont été contredites dans l'expérience

◇ Méditation sur les émotions et les pensées : observer les peurs et pensées aller et venir

◇ Visualisation sur les personnes ressources : modéliser un coach à succès qui incarnent les émotions et croyances inverses

◇ Visualisation du comité de soutien : poser la question en comité "Comment créer ma Vision malgré cette peur / croyance ?"

- ◇ Visualisation du MOI lumineux : poser la question à son Moi lumineux

La grille SEPAB

- ◇ Pour observer chaque peur et croyance limitante pour sa Vision de coach

S : Qu'est-ce qui vous fait peur ?

E : Comment cela se traduit-il dans votre corps ?

P : Quelles pensées avez-vous qui viennent entretenir cette peur ?

A : Que faites-vous en réaction à cela ?

B : De quoi avez-vous besoin qui n'est pas satisfait quand vous avez peur ?

- ◇ Pour trouver d'autres options

Que pourriez-vous ressentir / penser / dire / faire d'autre ?

Si vous incarniez votre Vision la plus élevée de coach ?

Comment pourriez-vous utiliser cette peur / croyance pour créer ce que vous voulez créer ?

CRÉATION
LIMITANTE

SITUATION

ÉMOTION

PENSÉE

ACTION

AUTRES OPTIONS

CRÉATION LIMITANTE	
SITUATION	
ÉMOTION	
PENSÉE	
ACTION	
AUTRES OPTIONS	

CRÉATION LIMITANTE	
SITUATION	
ÉMOTION	
PENSÉE	
ACTION	
AUTRES OPTIONS	

CRÉATION LIMITANTE	
SITUATION	
ÉMOTION	
PENSÉE	
ACTION	
AUTRES OPTIONS	

CRÉATION LIMITANTE	
SITUATION	
ÉMOTION	
PENSÉE	
ACTION	
AUTRES OPTIONS	

CRÉATION LIMITANTE	
SITUATION	
ÉMOTION	
PENSÉE	
ACTION	
AUTRES OPTIONS	

CRÉATION LIMITANTE	
SITUATION	
ÉMOTION	
PENSÉE	
ACTION	
AUTRES OPTIONS	

CRÉATION LIMITANTE	
SITUATION	
ÉMOTION	
PENSÉE	
ACTION	
AUTRES OPTIONS	

CRÉATION LIMITANTE	
SITUATION	
ÉMOTION	
PENSÉE	
ACTION	
AUTRES OPTIONS	

CRÉATION LIMITANTE	
SITUATION	
ÉMOTION	
PENSÉE	
ACTION	
AUTRES OPTIONS	

1

Qu'avez-vous appris sur vous de ces peurs / croyances ? Quel est le message à entendre ?
En quoi ces créations peuvent-elle vous aider à créer votre Vision ?

Faire moins / plus :

Comment pourriez-vous faire plus ce qui vous aide à ne pas penser / ressentir cela ?
(Trouvez 10 idées)

- ◇ _____
- ◇ _____
- ◇ _____
- ◇ _____

Quelles autres croyances / émotions pourraient vous aider à créer votre Vision ? *(Trouvez une idée par création mentale)*

- ◇ _____
- ◇ _____
- ◇ _____
- ◇ _____
- ◇ _____
- ◇ _____
- ◇ _____
- ◇ _____
- ◇ _____
- ◇ _____
- ◇ _____

Qui incarne les croyances / émotions inverses ? *(Trouvez 5 idées)*

- ◇ _____
- ◇ _____
- ◇ _____
- ◇ _____
- ◇ _____

Comment pourriez-vous faire plus ce qui vous aide à cultiver ces créations inverses ?
(Trouvez 10 idées)

- ◇ _____
- ◇ _____
- ◇ _____
- ◇ _____
- ◇ _____
- ◇ _____
- ◇ _____
- ◇ _____
- ◇ _____
- ◇ _____

Exemples :

- ◇ Gagner confortablement ma vie me permet de prendre le temps de cultiver mon alignement et d'être plus impactant dans mes coachings
- ◇ Gagner confortablement ma vie me permet de me consacrer sans peur à des projets de coeur
- ◇ Gagner confortablement ma vie me permet de mieux rémunérer les personnes avec qui je travaille

Faire comme si :

Si vous incarniez l'amour, que percevriez / penseriez / ressentiriez / diriez / feriez-vous dans cette situation ?

A la place de cultiver ces croyances / émotions ?

◇ Passer à l'action

Traduire ces idées en actions :
Par quoi pourriez-vous commencer ? Quoi d'autre ?

1.

2.

3.

4.

5.

6.

7.

8.

9.

10.

- ◇ Continuer à recenser pour être attentif.ve aux créations mentales qui n'aident pas à créer sa Vision de coach : le journal de bord des émotions et des pensées limitantes
- ◇ Accueillir sans conditions chacune de ses créations mentales en commençant ses phrases par "je m'accueille", "je m'aime sans conditions quand": la sorcière intérieure

Étape 3 : Les épreuves de vie

I Identifier ses plus grandes épreuves de vie

Quelles sont les épreuves les plus difficiles que vous ayez traversées ?

Qu'avez-vous appris de ces épreuves ?

Quels sont les cadeaux cachés de ces épreuves ?

Épreuve n°1 : _____

Épreuve n°2 : _____

Épreuve n°3 : _____

Épreuve n°4 : _____

Épreuve n°5 : _____

Les mettre au service de sa Vision de coach

En quoi peuvent-elles vous permettre d'accomplir votre Vision de coach ? (*Trouvez 3 idées par épreuve par exemple*)

Comment les mettre en avant ?

Qu'allez-vous faire autrement sachant cela ?

ÉPREUVES DE VIE

IDÉES DE VALORISATION

MODALITÉS

ÉPREUVES DE VIE	IDÉES DE VALORISATION	MODALITÉS

Synthèse : les 10 actions clés

Reprendre ses notes de la partie n°3 "Accueillir la peur" et faire ici la synthèse des 10 actions les plus impactantes pour créer sa Vision de coach à partir de ses épreuves / créations limitantes :

	INTITULÉ DE L'ACTION	DESCRIPTION	COMMENT	1 ^{ÈRE} ACTION
ACTION N°1				

	INTITULÉ DE L'ACTION	DESCRIPTION	COMMENT	1 ^{ÈRE} ACTION
ACTION N°2				
ACTION N°3				

	INTITULÉ DE L'ACTION	DESCRIPTION	COMMENT	1 ^{ÈRE} ACTION
ACTION N°4				
ACTION N°5				

	INTITULÉ DE L'ACTION	DESCRIPTION	COMMENT	1 ^{ÈRE} ACTION
ACTION N°6				
ACTION N°7				

	INTITULÉ DE L'ACTION	DESCRIPTION	COMMENT	1 ^{ÈRE} ACTION
ACTION N°8				
ACTION N°9				

	INTITULÉ DE L'ACTION	DESCRIPTION	COMMENT	1 ^{ÈRE} ACTION
ACTION N°10				

Exemples :

	INTITULÉ DE L'ACTION	DESCRIPTION	COMMENT	1 ^{ÈRE} ACTION
ACTION N°1	LES VISUALISATIONS	Pratiquer chaque jour une visualisation de réconfort d'une création limitante	Insérer dans mon planning tous les jours 15 minutes de pratique	Ouvrir mon agenda
ACTION N°2	LES MANTRAS	Utiliser un mantra d'accueil de mes peurs	Créer un cadre personnalisé de ce mantra pour mon bureau	Réserver un créneau pour choisir un mantra qui me parle

4^{ème} partie : Créer votre Vision de coach, le mode projet

Objectif

Organiser sur la durée le "Créer sa Vision"

- ◇ Comment m'organiser pour acquérir ces compétences ?
- ◇ Par quoi commencer car c'est le plus impactant ?
- ◇ Comment vais-je suivre mon plan d'actions ?
- ◇ Quels sont mes leviers d'organisation / de motivation ?

Exploration

Étape 1 : Créer son entreprise de coach

Valider le titre de Coach CAP

- ◇ Préparer son parcours de coaching
- ◇ Finaliser son mémoire de coaching
- ◇ Finaliser son rapport d'auto-coaching pour obtenir le titre de Praticien CAP
- ◇ Réviser la formation
- ◇ Programmer son entretien d'évaluation

Que devez-vous faire maintenant pour valider votre titre de coach CAP ?

Par quoi allez-vous commencer ? Et ensuite ?

Choisir un cadre d'exercice

- ◇ **Coach salarié** : rédiger son CV, choisir son secteur, créer un profil LinkedIn, contacter des entreprises, rejoindre un réseau
- ◇ **Coach entrepreneur** : choisir sa structure, micro entreprise, EURL ou SASU

Comment allez-vous exercer ?

Comment vous décider pour choisir ?

Par quoi commencer ?

Choisir un cadre d'exercice

En tenant compte de vos valeurs, où allez-vous exercer ?

| A qui s'adresser en priorité ?

Connaissant les débouchés du coaching et vos expériences personnelles, qui allez-vous accompagner ?

| Bien connaître son public

Où le trouver ?

Quels sont ses problèmes, quelles solutions lui proposer ?

Comment lui parler et l'inviter à être accompagné pour surmonter ses problèmes ?

Comment se distinguer pour y répondre ?

Créer son plan financier ou Business Plan

◇ Les produits = recettes

Combien de clients ?

Quel tarif horaire ?

Quelles activités (une seule ? Plusieurs ?)

◇ Les charges = dépenses

Un loyer ? Du matériel ?

Qu'est-ce qui est indispensable ?

Qu'est-ce qui peut attendre ?

Quel revenu aimerais-je avoir ?

Comment puis-je m'y prendre ?

Communiquer

◇ Choisir ses supports de communication

Les réseaux sociaux ?

Les moyens classiques ?

Par quoi commencer ?

◇ Écrire ses textes de communication

Que vais-je apporter ? A qui ? Pourquoi choisir mes services plutôt qu'un autre ?

Texte de présentation page Facebook, Instagram, LinkedIn

Texte de carte de visite, de brochure, de plaque

Texte de mails, articles de blog, scripts de podcasts ou vidéos

Comment j'aimerais me présenter en quelques mots

Ce sur quoi j'aimerais écrire

Étape 2 : Les compétences de l'entrepreneur

Compétence n°1 = Suivre ses données clés

◇ **Le CA = les recettes de l'entreprise**

Nombre de clients x nombre d'heures x tarif horaire

Le nombre de nouveaux clients

Le tarif horaire

◇ **Les charges mensuelles** (loyer, applications, téléphone, prestataires, matériel, formations...)

◇ **Le résultat = CA - charges**

◇ **Les indicateurs clés de performance** : simples au début, puis à enrichir

Que puis-je mettre en place pour suivre ces données ?

Par quoi commencer ?

Compétence n°2 = Chercher à s'améliorer

- ◇ Faire des prévisions / se fixer des objectifs hebdomadaires ou mensuels
- ◇ Suivre ses objectifs financiers
- ◇ Se féliciter s'ils sont atteints
- ◇ Les ajuster et apprendre des écarts dans le cas contraire

Que puis-je mettre en place pour faire mieux de mois en mois ?
Par quoi commencer ?

Compétence n°3 = Se faire connaître

Les réseaux propices :

- ◇ Facebook (créer sa page ou un groupe)
- ◇ Instagram (photo)
- ◇ YouTube (vidéo)
- ◇ LinkedIn (idéal si son public est entreprise)
- ◇ Blog (écriture)
- ◇ Podcast (audio)

Connaissant mes forces naturelles, quels réseaux privilégier ?

Quel est mon plan de communication ? Quels sont mes objectifs sur ce réseau ?

Compétence n°4 = Vendre ses services

Quelle est ma valeur ajoutée ?
Pourquoi faire appel à moi ?
Quels sont les avantages de mes services ?

Comment les valoriser ?

Compétence n°5 = Faire l'essentiel

Comment vais-je m'y prendre pour identifier en particulier ce que j'aime faire et ce pour quoi je suis doué dans mon activité de coach ?

Comment déléguer le reste ?

Compétence n°6 = Connaître le marché

◇ Choisir sa thématique de coeur : ses valeurs + ses forces + son parcours personnel

Quand est-ce que je crée ma vision la plus élevée de Moi ?
Quand est-ce que je suis exactement qui je veux être ?

Tenant compte de ses 3 éléments, quel type d'accompagnement proposer ?

Remarque : il est plus facile de toucher un petit nombre de personnes sur un thème spécifique et de devenir spécialiste, que de vouloir parler à tout le monde.

◇ Bien connaître son public

Où est mon client idéal ?

Que fait mon client idéal ?

Que ressent-il ?

Qu'aime-t-il ? Que déteste-t-il ?

Que puis-je lui proposer qui va lui apporter des réponses et lui donner envie de découvrir mes services ?

Étape 3 : S'organiser pour tenir son plan d'actions

I Faire de la place pour son objectif de réussite professionnelle

Quels leviers organisationnels peuvent vous permettre de consacrer davantage de temps à votre développement professionnel (*trier de vos activités en cours, tri au fil de l'eau à mettre en place*) ?

Désencombrer votre espace de travail vous permettrait-il de libérer de la place dans votre esprit ?

Quelles sont les relations stimulantes qui vont vous aider à créer votre Vision de coach ?

Faciliter le passage à l'action

Quels sont les bénéfices cachés que vous avez à ne pas créer votre Vision de coach ?

Comment obtenir ces mêmes résultats tout en créant votre Vision de coach ?

Quelles peurs spécifiques au passage à l'action peuvent vous empêcher d'y parvenir ?

Comment l'éviter ?

Quelles techniques anti-procrastination pouvez-vous appliquer pour avancer pas-à-pas vers votre réussite professionnelle ?

Cultiver l'action efficace

Que pouvez-vous faire plus pour être efficace dans l'action ?

Que pouvez-vous faire moins ?

Que pouvez-vous mettre en place pour vous soutenir, vous motiver dans l'action ?

Comment améliorer votre concentration pour atteindre vos objectifs et respecter votre plan d'actions ?

Suivre son plan d'actions

Dans quelles conditions allez-vous suivre votre plan d'actions ?

Que ferez-vous si le plan d'actions n'est pas respecté ?

Étape 4 : Rester motivé sur la durée

Les visualisations

- ◇ Les visualisations pour choisir l'amour et cultiver ce qui favorise l'état d'être motivé (identifier les éléments du faire comme si vous étiez motivé)

Que faites-vous quand vous êtes pleinement motivée ?

◇ Les visualisations pour accueillir la part de soi non motivée

Les questions

Qu'est-ce qui vous motive ?

Comment pouvez-vous faire plus ce qui motive ?

Qu'est-ce qui ne vous motive pas ?

Comment faire moins ce qui ne vous motive pas ?

Que faites-vous quand vous êtes motivé ?

Pourriez-vous le faire même quand vous n'êtes pas motivé ?

L'écriture

- ◇ Le mantra de motivation et d'énergie créatrice

“

”

- ◇ La gratitude = remercier l'Univers d'être rempli d'énergie créatrice

Merci l'Univers de me remplir d'énergie créatrice _____

La grille SEPAB

Que se passe-t-il en vous à chaque étape quand vous manquez de motivation ?

Que se passe-t-il en vous à chaque étape quand vous êtes plein de motivation ?

MANQUE DE MOTIVATION	PLEIN DE MOTIVATION

Que pourriez-vous mettre en place pour retrouver votre motivation quand vous semblez en manquer ?

Synthèse : le plan d'actions

- ◇ Reprendre ses synthèses des parties 1, 2 et 3, et ses notes de la partie 4
- ◇ Réunir les actions clés de chaque pilier
- ◇ Les prioriser
- ◇ Les découper
- ◇ Les programmer
- ◇ Les reprendre dans le plan d'actions dans leur ordre chronologique (sans oublier les actions liées à l'alignement, ni celles liées au suivi du plan)
- ◇ Enregistrer chaque semaine les prochaines actions de la semaine dans votre agenda (et rappels si besoin)
- ◇ Suivre et adapter le plan d'actions régulièrement

INTITULÉ PILIER	DESCRIPTION	COMMENT	QUAND	1 ^{ÈRE} ACTION

INTITULÉ PILIER	DESCRIPTION	COMMENT	QUAND	1 ^{ÈRE} ACTION

Vous avez tout en mains à présent pour créer votre Vision de coach, et réussir votre développement d'entreprise en tant que coach.

N'hésitez pas à nous solliciter si vous avez des questions...
Merveilleuse contribution à vous !