

PERSONNALITÉ

**DANS LA PEAU D'UN
COACH SPORTIF :**
MOTIVER ET FAIRE
PERFORMER SES ÉQUIPES



DANS LA PEAU D'UN COACH SPORTIF : MOTIVER ET FAIRE PERFORMER SES ÉQUIPES

Comprendre et savoir actionner les leviers, individuels et collectifs, pour optimiser la motivation et la performance du collectif comme de l'individu en s'inspirant des techniques éprouvées des coaches sportifs, c'est la promesse de cette formation.



Qualité de la prestation évaluée en fin de session par un questionnaire de satisfaction



OBJECTIFS

> Apprendre à utiliser les leviers de la préparation des sportifs de haut niveau par leurs coaches pour (re)motiver et faire performer son équipe



PARTICIPANTS

> Managers



INTERVENANTS

> Préparatrice mentale, journaliste et réalisatrice



COMPÉTENCES TRAVAILLÉES

> Leadership
> Intelligence relationnelle
> Capacité d'écoute
> Capacité à influencer
> Collaboration



PRÉREQUIS

> aucun



DURÉE

> 1 jour et 2 modules optionnels



PRÉSENTATION
DU CONTENU
EN VIDÉO

JOUR

1 MOTIVER LE GROUPE ET L'INDIVIDU

MATIN : MOTIVER LE GROUPE

Ouverture et fermeture de la séance
par des exercices pratiques : « La Causerie »
(discours de motivation).

APPORTS PÉDAGOGIQUES SOUS LES ANGLES :

- Posture du coach : gestuelle, occupation de l'espace, utilisation de la voix, jeu sur les émotions...
- Discours du coach: structure d'ensemble du message, mise en valeur du collectif et des individus, objectif / stratégie / responsabilité(s), le positif et le négatif...
- Les + du coach pour apporter supplément d'âme et supplément de motivation: autorité, empathie, humanité, écoute, observation constante de son auditoire, mise en scène

APRÈS MIDI : MOTIVER L'INDIVIDU

APPORTS PÉDAGOGIQUES FONDAMENTAUX
AVEC ILLUSTRATION PAR DES EXEMPLES DU
MONDE SPORTIF :

- L'individu au service du collectif : aller du projet individuel vers le projet collectif, JAMAIS LE CONTRAIRE
- Vision et objectifs communs, projets individuels
- Cohésion du groupe

Positionnement du gradient d'autorité-Capacité et preuve d'écoute : les 4 attitudes de Porter -Climat / neutralité bienveillante - Seconde écoute - Les 7 sentiments de la motivation (comment s'appuyer, sans manipuler, sur ces sentiments pour renforcer la motivation ?) - Méthode de construction d'un entretien individuel de motivation - Méthode de fixation d'objectifs individuels

MODULES OPTIONNELS

> TRAVAIL SUR LES TECHNIQUES
SPÉCIFIQUES DE LA
PRÉPARATION MENTALE
(1/2 journée)

> **CONSOLIDATION**
DES ACQUIS
(1/2 journée)



TARIF et ORGANISATION

INTRA-ENTREPRISE,
GROUPE OU INDIVIDUEL :

Nous consulter pour
un montage sur-mesure

@ info@personnalite.fr

☎ 33 (0)1 46 05 44 66

LIVRABLES

Séquences individuelles filmées
Mémos

Nos formations se déploient
également en distanciel et
en plusieurs langues :
nous consulter



Exercices
pratiques
sous l'œil
de la caméra
Relecture,
décryptage
et conseils du
formateur.

LE MEDIA ACTING®

MÉTHODE PÉDAGOGIQUE DÉPOSÉE



Le Media-acting® est la méthode exclusive de Personnalité, qui structure l'animation de toutes nos formations.

Fruit de la recherche universitaire, **elle place le participant au cœur du processus pédagogique**, le conduisant sur le chemin de **l'excellence relationnelle**.

Il devient acteur de sa progression par les multiples mises en situation qu'il réalise, **sous l'œil de la caméra**.

L'action enregistrée est systématiquement débriefée par nos formateurs-experts, issus d'univers professionnels décalés.

Cette méthode du « **learning by doing** » (80% de pratique pour 20% de théorie) peut être déclinée en 7 langues différentes : français, anglais, allemand, italien, espagnol, russe ou arabe.



NOS EXPERTS MULTICULTURELS

déploiement de nos formations en 7 langues différentes

ILS SONT AUJOURD'HUI AU NOMBRE DE 45.

45 personnalités expertes dans des domaines d'activité aussi pointus que variés, des univers aux antipodes du quotidien de nos participants.

Ils sont journalistes, comédiens, coachs vocaux, anciens négociateurs du GIGN, boxeurs, pilotes de ligne ou encore préparateurs de sportifs de haut niveau...

Leur mission ? Élargir un territoire, bousculer des habitudes, faire apprendre d'une expérience professionnelle différente : la leur.

Les meilleurs outils issus de leur univers professionnel seront mis à la disposition des participants, qui les utiliseront lors de prises de parole stratégiques, de négociations à fort enjeu, d'affirmation de leur leadership, de management de la performance collective...

Et parce que la crédibilité de nos formateurs repose sur leur expertise unique, tous poursuivent en parallèle leur activité professionnelle.

Une expérience sur-mesure, sur le ring, sur la scène ou en studio TV, sous l'œil de la caméra, qui permet à chacun d'exprimer sa vraie personnalité : la seule clé pour bien communiquer.

COACHS
BOXEURS
PILOTES DE LIGNE
NÉGOCIATEURS DU GIGN
PRÉPARATRICE MENTALE
COMÉDIENS
JOURNALISTES

ILS NOUS FONT CONFIANCE

ABBOTT

ACCOR

ADVANS

AFD / PROPARCO

AIR LIQUIDE

AKUO ENERGY

ALLIANZ

ALSTOM

APICIL

ARMATEURS
DE FRANCE

ASSYSTEM

AXA BANQUE

BMW GROUP

BPCE

BSH GROUP

CANAL +

CEPTON

CITEO

CNOSF

COFACE

CONTENT
SQUARE

CREDIT
AGRICOLE

DASSAULT
SYSTEMES

DENTSU

DHL

DLL

DOMINO'S PIZZA

EDF

ENEDIS

EPSF

ERNST & YOUNG

EXANE

GROUP M

GROUPAMA AM

HAVAS MEDIA

INSP

INSTITUT
NATIONAL
DU CANCER

INTERSPORT

IRSN

KPMG FONDATION

LA POSTE

LVMH

MAIF

MATMUT

MGEN

MICROPOLE

QUADIENT

NEXITY

NINTENDO

NRJ GROUP

OBERTHUR

ODDO BHF

OGF

OPEN GROUPE

CHAMBRE
DES NOTAIRES
DE PARIS

PSA

PUBLICIS

RENAULT

SAFRAN

SCALIAN

SCIACI
St HONORÉ

SERVIER

SOCIETE DU
GRAND PARIS

SUPERGRID

TAKEDA

TARKETT

TIAMA

TOTAL
ÉNERGIES

WARNER

YKONE

www.personnalite.fr

86 RUE DU DÔME

92100 BOULOGNE-BILLANCOURT



■ ■ RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

La certification qualité a été délivrée au
titre de la catégorie d'action suivante :
ACTIONS DE FORMATION