



FORMALIS

ENTREZ DANS UN MONDE DE FORMATIONS



FORMATION en COACHING CONJUGAL

Objectif pédagogique

- Maîtriser les notions fondamentales en coaching conjugal.

Contenu & durée

- 10 modules
- Environ 40 heures
- 100% distanciel

Niveau

- Prérequis : Aucun
- Certification interne

Pré-requis technique

- Ordinateur ou tablette fonctionnelle
 - Connexion internet
-

PRÉSENTATION DE LA FORMATION

Le **coaching conjugal** se développe de plus en plus et prend vraiment sa place aujourd'hui dans notre vie quotidienne. En effet, les couples cherchent plus facilement à comprendre pourquoi ils ne vont pas bien ensemble et ont envie de se donner une nouvelle chance de réussir cette vie à deux.

Notre **formation en coaching conjugal** vous apportera de réelles réponses à vos questions sur la vie en couple. Cette formation peut se vivre de deux manières différentes :

- ♥ soit en tant que futur coach conjugal,
- ♥ soit simplement pour vous dans votre vie amoureuse afin de mieux gérer les tracas du quotidien et de préserver la dynamique de votre couple.

L'objectif du coach conjugal est d'**accompagner les couples en souffrance** vers une meilleure gestion d'eux-mêmes, une meilleure compréhension de leurs besoins enfouis et de leurs ressentis.

Cette formation en coaching vous livrera toutes ses techniques pour vous permettre, en tant que futurs coachs, de mieux appréhender vos clients. Vous pourrez les aider dans plusieurs sortes de conflits :

- les enfants,
- le travail,
- les problèmes de communication,
- l'ennui,
- la routine,
- la jalousie,
- l'infidélité,
- les problèmes dans les relations sexuelles.

Le futur coach pourra également y puiser des méthodes de travail avec des **fiches pratiques à utiliser** ainsi que les règles à poser pour que les entretiens se déroulent dans le calme. Comme pour toutes nos formations, à la fin de chaque module, des exercices sont à votre disposition pour vous permettre de vérifier vos connaissances.

PROGRAMME DE FORMATION

Module 1 : Introduction au coaching conjugal

Ce premier module va être l'occasion de vous faire découvrir les débuts du coaching, son évolution, sa réglementation.

- Le coaching en questions
 - Petit historique de l'histoire du coaching
 - Le divorce en chiffres
- Thérapeute de couple, conseiller conjugal et coach conjugal : est-ce la même chose ?
 - Des métiers différents
 - Quelques similitudes
 - À qui s'adresse la formation de coaching conjugal ?
 - Le métier de coach conjugal
 - La réglementation du métier de coach en France
- Le couple, définition, conception : comprendre la notion de couple et examiner cette entité de près.
 - Comment définir le couple ?
 - La conception d'un couple
 - Les différents types de couples
- Les qualités requises pour devenir coach : à la découverte des qualités, du savoir-faire et du savoir-être du métier de coach
 - La discrétion
 - L'empathie
 - L'écoute active
 - La mission du coach
 - Ce que l'on attend de vous en tant que coach

Module 2 : Apprenez à devenir coach !

Dans ce module, vous allez apprendre comment se passe un entretien conjugal.

- Le déroulement de l'entretien : accompagnez vos clients pour qu'ils trouvent en eux la meilleure solution pour leur couple

- Durée et nombre des séances
- La règle de l'espace personnel
- L'objectif du couple : apprenez à déterminer avec le couple son objectif à travers les méthodes appropriées
 - La détermination d'objectif
 - Les deux méthodes principales
 - La communication sous toutes ses formes
- Le premier entretien et les suivants : rencontrez vos clients et déterminez le nombre d'entretiens nécessaires, en couple et individuels
 - Une question importante
 - Le pacte, l'engagement du coach et du couple
 - Le rôle et le travail du coach
 - Le nombre d'entretiens
 - L'entretien individuel
 - Analyser l'aptitude à changer

Module 3 – Le couple et ses mystères

Dans ce module, vous allez commencer par apprendre à différencier les besoins de l'homme par rapport à la femme au sein du couple. Nous allons également aborder les blessures d'enfance et vous ferons découvrir les ingrédients nécessaires au couple.

- Besoins, valeurs, croyances : les hommes et les femmes ont des besoins différents au sein d'une relation de couple. Les besoins du couple sont-ils différents ?
 - Les valeurs
 - Les croyances
- Les choix conscients et inconscients : qu'est-ce qu'un choix conscient, qu'est-ce qu'un choix inconscient ?
 - Le mode de fonctionnement du cerveau
 - Le choix amoureux : conscient ou non ?
- Les ingrédients pour être un couple : être heureux en couple, c'est ce que chaque personne souhaite ardemment. Mais quels sont les ingrédients qui permettent cela ?
 - L'envie de partage
 - L'empathie dans la relation
 - Les autres ingrédients du couple heureux
 - Les 5 langages de l'amour

Module 4 – Le couple au quotidien

Dans ce 4e module, nous allons aborder le thème de la communication dans le couple, comment désamorcer les conflits et comment savoir se préserver des moments ensemble. Nous aborderons également la notion de confiance en l'autre.

- Enrichir et épanouir le quotidien : intelligence émotionnelle et communication non violente
 - L'intelligence émotionnelle
 - Différence homme/femme
 - Les principales émotions
 - La communication non violente
 - La confiance en l'autre
 - La gestion des conflits
 - Pourquoi vouloir le changer ?
- Les difficultés liées aux changements : l'arrivée de l'enfant, les changements chez l'un des deux partenaires.
 - L'arrivée d'un enfant
 - Se réserver des moments à deux
 - Quand l'un des deux change
 - Les concessions
- Les seniors : la retraite est un grand changement dans la vie de chacun, tout est remis en question.
 - L'allongement de la vie, les répercussions
 - La retraite
 - Les raisons des turbulences
 - Comment les aider ?
- À la recherche de la relation idéale : se réinventer pour aller vers une relation de couple épanouissante.
 - La recette du bonheur
 - Votre rôle

Module 5 – La sexualité, partie I : comment ça marche ?

Dans ce module, nous allons aborder un thème très important, qui sera sur trois parties : la sexualité au sein du couple.

- ☑ Un peu de culture sexuelle : étude de la sexualité et de son développement
 - Anatomie de l'appareil génital
 - Le développement de la sexualité à travers la vie
 - Le cerveau et l'amour
 - Les besoins sexuels des partenaires
- ☑ Désir et plaisir dans le couple : connaître les diverses formes que peut prendre le désir pour le préserver
 - Comprendre le désir
 - Comment préserver le désir dans le couple ?
 - Désir versus plaisir
 - Petits conseils personnalisés
 - L'après-relation sexuelle
- ☑ Les troubles sexuels : ils peuvent arriver à tout moment de la vie, apprenez à les décrypter.
 - Le manque de désir
 - L'aversion sexuelle
 - L'anorgasmie
 - Les troubles sexuels masculins

 - Les troubles sexuels féminins
 - Les infections sexuellement transmissibles ou IST

Module 6 – La sexualité, partie II : couple et dépendances

Bienvenue dans ce nouveau module où nous allons évoquer le couple et sa sexualité, c'est la seconde partie sur le sujet.

- ☑ La sexualité du couple : leurs différentes dimensions
 - Les six dimensions sur la sexualité
 - La personnalité sexuelle
 - Le comportement sexuel et les différences
 - La dynamique du couple
- ☑ L'attachement versus la dépendance : l'adulte peut développer des dépendances affectives liées à ses carences affectives

- La théorie de l'attachement
 - La dépendance affective
 - La relation toxique
 - La manipulation
- La diversité sexuelle : l'existence de plusieurs orientations ou identités sexuelles

Module 7 – La sexualité, partie III : dérives et dangers

Dans le dernier module, nous avons travaillé sur tout ce qui touche à la sexualité dans le couple, mais également sur les besoins de se connaître sexuellement pour créer une belle intimité. C'est la dernière partie sur le sujet.

- Le sexe et ses dérives : le sexe comme pratique perverse et dangereuse
 - L'addiction sexuelle
 - Les perversions sexuelles ou paraphilies
- La violence conjugale : où commence-t-elle et surtout où s'arrête-t-elle ?
 - La violence verbale
 - La violence physique
 - La violence économique
 - La violence psychologique
 - La violence sexuelle
- La violence sexuelle faite aux enfants : Une perversion malsaine et cruelle
 - L'inceste
 - La pédophilie
 - Le sexe et ses conséquences graves sur les adolescents

Module 8 – Le couple et les aléas de la vie

Dans ce module, revenons maintenant aux nombreux défis que traverse le couple dans son quotidien à travers les années.

- Les aléas de la vie : chaque changement de vie amène avec lui d'autres habitudes à mettre en place, une réorganisation du quotidien avec son lot de nouveautés plus ou moins faciles à accepter
 - Le changement de ville

- Le célibat géographique
 - Le couple et la religion
 - Le couple et la famille
 - La famille recomposée
 - Le couple et le stress de la vie quotidienne
 - Le couple et le stress au travail
- Le couple en crise : comment l'aider à reconnaître qu'il est en crise et quelle est la portée du coach ?
- Le couple face aux conflits
 - Les conflits en question
 - La jalousie
 - L'infidélité
 - La séparation, le divorce

Module 9 – Les outils et les techniques de travail du coach

Dans ce 9e module, nous allons étudier quelles sont les règles déontologiques du coach, puis nous découvrirons les outils et techniques qui vont vous servir dans votre travail de coach.

- La déontologie du coach : le coach conjugal s'engage à respecter plusieurs règles afin d'offrir à ses futurs clients une prestation de qualité
- Techniques et outils : plusieurs techniques de travail et outils afin de vous permettre de vous organiser le mieux possible :
- L'art de poser des questions
 - Le problème : analyse et solution pour le couple
 - L'acceptation par le couple de sa problématique
 - Les croyances, valeurs et autres des partenaires (fiche)
 - Les prescriptions de tâches
 - La mise en place des règles au sein du couple
 - Les solutions possibles pour le couple
 - La résolution des conflits
- Le couple se retrouve : c'est à travers plusieurs ingrédients que le couple va pouvoir reconstruire petit à petit sa vie à deux
- La puissance des mots

Module 10 – Installation professionnelle et sérénité

Avant de nous quitter, nous allons aborder dans ce dernier module plusieurs points pour vous permettre de lancer votre activité.

- L'installation professionnelle : choisir le statut fiscal qui va permettre à votre activité d'être déclarée et vous donner le droit d'exercer et de facturer vos services
 - Choisir un statut fiscal
 - Créer sa clientèle
 - Le choix du lieu de votre installation
 - Les tarifs
 - L'assurance
 - La comptabilité
 - Quelques recommandations : ne terminez pas cette formation sans une liste de conseils qui pourront sûrement vous aider dans votre pratique ainsi qu'une petite bibliographie
 - Pour être un coach serein
 - La supervision
 - La bibliothèque du coach conjugal
 - Conjuguer vie privée et professionnelle
-

À propos de FORMALIS

Entreprise française solidaire, FORMALIS est l'organisme de formation de référence en e-learning pour toutes les personnes souhaitant développer leurs compétences dans les secteurs du bien-être, des métiers du web, marketing, immobilier, graphisme, design, écriture.

En nous choisissant comme organisme de formation, vous favorisez le développement de vos compétences et celles de vos collaborateurs tout en étant vous-même acteur responsable : pour chaque formation, une partie des frais d'inscription et des frais pédagogiques sont reversés à des programmes d'accès à l'éducation en France et dans le monde.



Pour plus d'informations : <https://elearningformalis.fr>

Pour toute demande : contact@elearningformalis.fr / 01 87 20 06 98