



PROGRAMME ET PRESENTATION FORMATION LE POUVOIR DU DECLIC

Préparé par :

Carine Guinehut
Dirigeante S'aligner avec Soi

Coordonnées :

06 07 26 27 52
contact@saligneravecsoi.com

www.saligneravecsoi.fr



SOMMAIRE

01

DESCRIPTION

02

CONTENU

03

NATURE ET MODALITES DE LA
FORMATION

04

CIBLE ET PRE-REQUIS

05

METHODES ET MOYENS
PEDAGOGIQUES

06

TARIF ET REGLEMENTATION

07

OPTIONS DE FINANCEMENT

08

PRESENTATION
INTERVENANT



www.saligneravecsoi.fr

Cette formation individuelle et concrète vous transmet des outils puissants et accessibles pour susciter des prises de conscience, lever les résistances et faire avancer vos clients là où ils se sentent bloqués.

Objectifs :

- Identifier les mécanismes de blocage
- Utiliser 6 outils simples et efficaces issus du coaching
- Adapter ces outils à votre style d'accompagnement
- Gagner en impact et en fluidité dans vos séances

Compétences visées à travers cette formation :

- Analyser les manifestations et mécanismes de blocage chez un client accompagné
- Créer les conditions favorables à l'émergence d'un déclic dans le respect de son cadre professionnel
- Mobiliser des outils issus du coaching pour faciliter les prises de conscience et les mises en mouvement
- Formuler des questions ouvertes et puissantes pour faire évoluer les représentations et croyances limitantes
- Adapter son intervention en fonction du profil et des besoins du client tout en restant dans sa posture d'accompagnant
- Accompagner le client dans l'identification de ses propres ressources et leviers d'action
- Structurer une séance d'accompagnement incluant des outils de clarification et de transformation
- Évaluer l'impact des outils utilisés afin d'ajuster sa pratique et renforcer son efficacité professionnelle



Session 1 : Comprendre et identifier les blocages

- Accueil, présentation de la formation et clarification des objectifs personnalisés
- Définition et typologie des blocages rencontrés en accompagnement
- Posture de l'accompagnant face au blocage : cadre éthique et limites
- Découverte et mise en pratique de l'outil Photolangage pour accéder aux représentations inconscientes
- Apprentissage de la reformulation miroir pour favoriser l'écoute active et créer un espace de sécurité
- Échanges, retours d'expérience et premiers ajustements de posture

Session 2 : Explorer et questionner pour faire évoluer

- Retour sur la mise en pratique des outils précédents
- Introduction aux questions qui dérangent pour faire émerger de nouvelles perspectives
- Exploration de l'arbre des solutions pour identifier des pistes d'action variées et responsabiliser le client
- Présentation et expérimentation de la technique du recadrage pour modifier le regard porté sur les blocages
- Travail sur l'adaptation des outils à son propre style d'accompagnement
- Études de cas et mises en situation

Session 3 : Consolider et intégrer les outils dans sa pratique

- Analyse des cas rencontrés entre les sessions et retour d'expérience
- Présentation de 2 outils complémentaires adaptés à la typologie d'accompagnant et au profil des clients
- Mise en situation complète combinant les 6 outils
- Construction d'un protocole d'accompagnement personnalisé et structuré
- Validation des acquis et pistes pour un usage durable des outils

Cette phase de conclusions se termine par la remise d'un livret avec tous les outils et la méthodologie utilisée durant la formation.



NATURE ET MODALITES DE LA FORMATION LE POUVOIR DU DÉCLIC



Durée : 6 heures (répartis en 3 sessions de 2 heures)

Lieu du bilan : 218 La Chapelle aux Moines 44430 LA REMAUDIERE

Modalité de réalisation : En présentiel

Planning prévisionnel : Un planning prévisionnel sera défini entre nous à la signature du contrat en annexe de celui-ci et vous sera envoyé par mail.

Public visé : Professionnels de l'accompagnement non coaches (thérapeutes, praticiens bien-être, consultants...)

Modalité d'accès et délai d'accès : Le délai d'accès à la formation est de 14 jours ouvrés après la réalisation du premier entretien pour des questions d'organisation de planning.

Pour plus d'informations sur cette formation, vous pouvez contacter
Carine Guinehut au 06 07 26 27 52
ou par mail : contact@saligneravecsoi.com

Mode d'évaluation entrant : Un entretien préalable est réalisé pour valider que le bénéficiaire rentre bien dans les objectifs de la formation. Cet entretien est gratuit et sans engagement.



Cette formation s'adresse aux professionnels de l'accompagnement non coachs qui souhaitent enrichir leur pratique avec des outils concrets pour lever les blocages et favoriser les prises de conscience chez leurs clients.

Sont concernés notamment :

- Les thérapeutes (sophrologues, énergéticiens, praticiens en thérapies brèves, etc.)
- Les praticiens bien-être (massages, soins holistiques, relaxation...)
- Les consultants, formateurs ou facilitateurs ayant une posture d'accompagnant
- Les professionnels en reconversion vers les métiers de l'accompagnement

Pré-requis :

- Avoir une pratique professionnelle de l'accompagnement (individuel ou collectif)
- Être à l'aise avec la relation d'aide, l'écoute active et l'accompagnement du changement
- Être ouvert à l'expérimentation d'outils issus du coaching
- Avoir une posture éthique et respectueuse de la personne accompagnée



Si vous avez besoin d'aménagements spécifiques pour accéder ou suivre cette formation merci de nous prévenir afin que nous prenions les mesures nécessaires en contactant notre référent :

Carine Guinehut au 06 07 26 27 52.



Moyens pédagogiques et techniques mis en œuvre :

La formation repose sur une approche expérientielle, individualisée et progressive, favorisant l'intégration concrète des outils dans la pratique professionnelle du participant.

Méthodologie :

- Formation 100 % individualisée, permettant d'ajuster les contenus, les outils et les cas pratiques en fonction du profil de l'accompagnant, de ses objectifs et de sa clientèle.
- Alternance entre apports théoriques ciblés et mise en pratique immédiate pour favoriser l'apprentissage par l'action.
- Utilisation d'exemples concrets issus de la pratique du stagiaire pour ancrer les outils dans son contexte professionnel réel.
- Construction d'un protocole personnalisé d'accompagnement, directement réutilisable dans les séances.

Pédagogie active et bienveillante :

- Pédagogie expérientielle : chaque outil est testé en conditions réelles, à travers des mises en situation, jeux de rôles, et débriefs.
- Approche réflexive : des temps d'auto-analyse sont proposés pour observer sa posture, ajuster ses pratiques et prendre du recul.
- Transmission vivante : les outils sont transmis de façon dynamique, avec des supports clairs et des exemples concrets.
- Adaptation pédagogique : les deux derniers outils proposés en session 3 sont choisis selon la typologie d'accompagnement et les besoins exprimés par le stagiaire.



Moyens permettant de suivre l'exécution de l'action tout au long du parcours :

- Des mises en situation pratiques et des débriefings individualisés.
- Une autoévaluation en début et fin de formation sur les compétences visées.
- L'élaboration d'un protocole d'accompagnement personnalisé mobilisant les outils transmis.
- Un questionnaire de satisfaction à chaud en fin de parcours.
- Une feuille d'émargement est signée à chaque session.

Sanction de la formation :

Une attestation de fin de formation est remise au participant à l'issue des 3 sessions, sous réserve de participation active à l'ensemble du parcours.

Indicateurs de résultats :

L'évaluation sera effectuée sous 3 critères :

- Taux de satisfaction globale
- Taux de complétion de la formation
- Taux de recommandation
- Taux d'appropriation des outils (autoévaluation)

Les 3 premiers critères seront visibles sur le site internet suite à l'analyse des retours des questionnaires de fin de formation.



TARIF ET REGLEMENTATION

Application du RGPD :

Les informations fournies et saisies dans les documents contractuels de formation qui sont échangés entre nos deux structures, sont utilisées uniquement dans le cadre de notre relation commerciale.

Par votre retour de documents vous acceptez l'utilisation de vos informations exclusivement par Carine Guinehut le temps de la formation et de son traitement amont et aval.

Vous pouvez exercer vos droits en lien avec la réglementation RGPD quand vous le souhaitez en m'adressant un mail individualisé me précisant vos attentes à contact@saligneravecsoi.com

Traitement des éventuelles réclamations :

Une feuille d'évaluation est renseignée à l'issue de la formation, il pourra donc y noter ces réclamations ou bien me les adresser par mail à contact@saligneravecsoi.com. Une réponse sera adressée au bénéficiaire dans un délai d'un mois maximum.



TARIF ET REGLLEMENTATION

Conditions tarifaires :

Le coût de la formation des 648 euros TTC (TVA non applicable, article 293 B du Code général des impôts)

Ces montants intègrent :

- La préparation, l'intervention sur site et les échanges mails.
- La location d'une salle si besoin
- Les frais de déplacement de la conseillère. Les frais de déplacement du bénéficiaire sont à sa charge.

Modalités de règlement :

- Via une prise OPCO
- Via le financement d'un autre financeur (FIFPL, pôle emploi ...)
- Par fonds propres du bénéficiaire.

Engagement Qualité :

L'organisme prestataire d'actions de développement des compétences satisfait aux exigences du Décret n°2019-564 du 6 juin 2019 relatif à la qualité des actions de la formation professionnelle.

Qualiopi est porté par le groupe Réactif sous le n° FRCM 24628/2. le règlement intérieur est téléchargeable sur mon site internet : www.saligneravecsoi.fr

Rétractation :

Le bénéficiaire dispose d'un délai de rétractation de 14 jours ouvrés à compter de la conclusion du contrat, durant lequel il peut librement se rétracter sans avoir à motiver sa décision ou à supporter d'autres coûts, conformément à l'article L221-18 du code de la consommation.



OPTIONS DE FINANCEMENT



PRISE EN CHARGE OPCO



AUTRES FINANCEURS :

- PÔLE EMPLOI,
- EMPLOYEUR,
- FIFPL, ...



PAR FONDS PROPRES DU
BENEFICIAIRE

08

PRESENTATION INTERVENANT



Carine Guinehut

Consultante en bilan de compétences depuis Aout 2023 et coach professionnelle certifiée depuis Juin 2023, je suis dirigeante de l'entreprise S'aligner avec Soi créée en Aout 2022.



www.saligneravecsoi.fr

PRESENTATION INTERVENANT

Je suis Carine Guinehut, coach professionnelle certifiée, consultante en évolution professionnelle et formatrice, passionnée par l'éveil des consciences et la révélation des singularités. Mon parcours pluriel m'a permis de développer une approche à la fois structurée et intuitive, fondée sur l'écoute, la connaissance de soi et l'alignement personnel et professionnel.

J'accompagne depuis plusieurs années des publics variés — particuliers, salariés, entrepreneurs, élus — dans leurs transitions de vie, leurs reconversions professionnelles, ou encore dans la gestion du stress et de la charge mentale.

Je suis experte en changement et en connaissance de soi.

Titulaire d'une certification en coaching professionnel, j'interviens également en tant que consultante en bilan de compétences et formatrice certifiée. Mon approche est enrichie par des outils puissants et reconnus : Design Humain, EFT, photolangage point Of You, méthodologies pédagogiques actives et participatives. Ces outils sont intégrés dans une logique d'amélioration continue, dans le respect des référentiels de qualité et d'éthique.

Je conçois et anime des actions de formation sur des thématiques comme la confiance en soi, l'affirmation de soi, la posture professionnelle, la communication interpersonnelle, et la connaissance de soi au service de l'action. Chaque programme est construit de manière personnalisée, à partir des besoins des participants et en cohérence avec leurs objectifs opérationnels.

Je veille à maintenir et développer mes compétences professionnelles à travers une veille régulière sur les évolutions des pratiques pédagogiques, des outils d'accompagnement, de la législation en matière de formation professionnelle et des tendances du développement personnel et professionnel. Cette veille se traduit par une participation active à des formations continues, des séminaires, des groupes de pairs, ainsi qu'une actualisation permanente de mes supports et méthodes pédagogiques.

Je m'inscris pleinement dans une démarche Qualiopi, veillant à la pertinence pédagogique, à l'adaptation des contenus aux bénéficiaires, à l'évaluation des acquis, et à l'amélioration continue de mes interventions. Mon objectif est de permettre à chacun-e de retrouver du sens, du souffle et une posture alignée, tant dans sa vie professionnelle que personnelle.



PRESENTATION INTERVENANT

Mon expertise au service de votre évolution

- 10 ans d'expérience dans les collectivités publiques en tant qu'adjointe (2ème mandat en cours)
- 10 ans d'expérience en ressources humaines et management
- 17 ans d'expérience dans l'hôtellerie, la restauration et le commerce
- Formation sentinelle de l'ARS via le GPS (Groupe Prévention Suicide) Objectif : Repérage, reconnaissance, orientation et accompagnement des personnes en situation de souffrance. Octobre 2023
- Formation au bilan de compétences en tant que consultante pour l'organisme Trajectoire Août 2023
- Master II en Coaching Professionnel certification RCNP 6 (Linkup coaching) 2022/2023
- Point of You Explorer 2022
- Point of You Practitioner 2022
- Point of You Turning Point Program 2022
- Certification EFT (Emotional Freedom Technique) méthode Garry Craig Equilibre Santé 2022
- Formée à la Business By Design Academy Auralima 2022
- Coach en Design Humain Auralima 2022
- BTS hôtellerie restauration option gestion et marketing 1997

Ma formation continue, mes groupes de pairs :

- Groupe de pairs sur la thématique du Bilan de Compétences (tous les deux mois)
- Adhérente réseau Ethic, intervision (thématique thérapeutique tous les deux mois)
- Adhérente réseau Sizao : Mastermind (co développement) tous les 2 mois, échange de pratique et veille nouvelles méthodologies.

Je m'engage :

En tant que formatrice professionnelle, je m'engage à exercer dans un cadre éthique, sécurisant et conforme aux exigences légales :

- Je garantis un environnement d'apprentissage bienveillant, confidentiel et sans jugement, où chaque participant est respecté dans son rythme, ses besoins et son parcours.
- Je transmets uniquement des outils et contenus issus de ma pratique et de mes qualifications, dans le respect des limites de mes compétences et sans promesse de résultat.
- Chaque action de formation est encadrée par une convention ou un contrat, une feuille d'émargement, une attestation de fin de formation et un dispositif d'évaluation conforme aux obligations Qualiopi.
- Je m'interdis toute forme de manipulation, de prosélytisme ou de vente dissimulée durant les sessions. Mon rôle est de faciliter l'autonomie des stagiaires, en toute neutralité.

Carine Guinehut
Cabinet S'aligner avec soi (EURL)

218 LA Chapelle aux Moines
44430 LA REMAUDIERE

contact @saligneravecsoi.com

Tel 06 07 26 27 52

Siret : 918 866 781 00019 RCS Nantes – APE : 9609Z

Certificat QUALIOPi N° FRCM 24628/2 porté par le groupe Réactif.
délivré au titre des catégories d'actions suivantes : actions de formations et bilan de
compétences

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 52 44 10 37 944 auprès du préfet
de Région de la Loire. Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État.

Cette plaquette est remise à jour tous les ans. Dernière mise à jour Sept. 2025.

