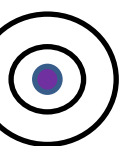


UNICOACH

S'épanouir - Réussir - S'accomplir

L'Institut du Coaching Mental Professionnel

En ligne – Présentiel – Distanciel – Résidentiel
En formule individuelle ou collective



UNICOACH

PARCOURS DIFFERENCIATION

Mindful Coaching

« Faciliter le coaching avec la méditation »

Cycle 5

Le Monde change, et Vous?

FMP
PROGRAMME



DEVENIR
FACILITATEUR
EN MEDITATION
PROFESSIONNELLE

Avec
Raphaël Mayeux
Yvon Guéhenneuc

UNICOACH

POUR QUI

Ce programme est spécialement conçu pour les coachs et les professionnels de l'accompagnement qui cherchent à :

- Progresser et s'inscrire dans une dynamique de croissance et d'amélioration continue.
- Faciliter l'épanouissement, la réussite et l'accomplissement de leur client.
- Proposer des prestations différenciantes et à haute valeur ajoutée dans le monde professionnel.

PRÉCAUTIONS

Cette formation ne s'adresse surtout pas aux personnes qui :

- N'ont **jamais médité** et qui ne sont pas **convaincu** des vertus de la méditation au niveau personnel et professionnel,
- Veulent **rester dans leur zone de confort** et ne pas sortir des sentiers battus,
- Ne se sentent pas concernées **par le bien-être & performance**,
- Ne veulent **pas élargir leur périmètre d'intervention** ou développer leur activité,
- Ne souhaitent pas **actualiser et optimiser leurs compétences**.

POUR QUOI



- **Muscler et enrichir** sa pratique du coaching ou de l'accompagnement individuel et collectif.
- **Se différencier** dans la valorisation de ses offres.
- **Élargir** son spectre d'intervention, **augmenter** son audience et **développer** son activité.

FINALITÉS

3 objectifs



1. Expérimenter et comprendre **le référentiel, les outils et les processus** des approches méditatives.
2. Intégrer **les fondamentaux de la posture de Facilitateur** en accompagnement. (Mindful Coaching)
3. Etre en mesure d'**animer des séances** et **proposer des programmes** de Méditation en milieu professionnel.

AVEC QUI

L'équipe

- **Raphaël Mayeux**

Créateur et animateur du programme, référent pédagogique.

<https://www.linkedin.com/in/raphaël-mayeux>



- **Yvon Guéhenneuc**

Coach professionnel, Facilitateur et Responsable de l'Espace de formation Unicoach en ligne.



L'ENVIRONNEMENT D'APPRENTISSAGE EN LIGNE

UNICOACH

[Accueil](#) [© Plateforme de formation](#) [✉ Contact](#)

Connexion à votre compte

Valider

[Mot de passe oublié ?](#)

UNICOACH

AGENDA

Un programme de 3 mois (28h de cours - 32 h de pratique – 10h de coaching)



Dates du parcours à distance et en ligne :
A définir conjointement

INTENTION

Les applications individuelles et collectives

■ *Connaissance de soi*

- Mieux comprendre ses modalités de fonctionnement
- Exercer son intelligence somatique, émotionnelle et mentale
- Développer son intuition et sa perspicacité

■ *Leadership de soi*

- Assertivité, influence et inspiration
- Régulation du stress
- Créativité

■ *Intelligence collective*

- Empathie et compassion
- Cohésion d'équipe et vision partagée
- « Permanagement » : Co Créer des communautés vivantes, durables et significantes



LE PROGRAMME

12 Modules



- ❖ Expérimenter et comprendre **le référentiel, les outils et les processus** des approches méditatives en milieu professionnel.
- **Module 1 :** Introduction aux approches méditatives traditionnelles et modernes.
- **Module 2 :** Les principes fondamentaux de la méditation dans les organisations.
- **Module 3 :** Les spécificités de la pratique méditative.
- **Module 4 :** Intégrer le référentiel pour pouvoir le déployer.

LE PROGRAMME

12 Modules



- ❖ Intégrer **les fondamentaux de la posture et du processus de Facilitation** en accompagnement. (Mindful Coaching)
- **Module 5** : Définitions et compétences du facilitateur FMP.
- **Module 6** : La méthodologie pédagogique de la facilitation.
- **Module 7** : Le cadre professionnel de la facilitation.
- **Module 8** : Le mandat de facilitation

LE PROGRAMME

12 Modules



- ❖ Etre en mesure d'**animer des séances** et **proposer des programmes** de Méditation en milieu professionnel.
- **Module 9** : Du cadrage de la demande à la prestation de service.
- **Module 10** : Les applications professionnelles de la facilitation.
- **Module 11** : Construire une offre signature.
- **Module 12** : Méditation & Coaching.

COMMENT

Déroulement & Modalités

- Un Espace personnalisé en ligne
- Des apports théoriques et pratiques
- 12 modules de support d'apprentissage
- Des protocoles de méditation formalisés
- Des fiches techniques d'intervention
- Des exercices et études de cas pratiques
- Un accompagnement individuel personnalisé
- Des vidéos, des audios, des questionnaires d'évaluation...



OFFRE 2025

TARIF PROGRAMME FMP

- Particulier : 1.200 € T.T.C
- Entreprise : 1.800 € T.T.C

Inscriptions : contact@unicoach.fr – Raphaël Mayeux : 06 89 15 24 01

CERTIFICATION



- **La Certification délivrée par Unicoach** représente un gage de crédibilité, de professionnalisme et des perspectives d'évolution.
- **Modalités de la Certification :**
 - ✓ Avoir validé tous les cours Online
 - ✓ Avoir suivi tous les Webinaires
 - ✓ Avoir été accompagné/supervisé en individuel
 - ✓ Avoir effectué ses exercices de Facilitation
 - ✓ Avoir rendu son rapport de Facilitation
 - ✓ Avoir renseigné le Quizz final et obtenu au moins 80% de bonnes réponses