



SYLLABUS DE COURS

Formation de certification TRIMA en coaching

Formateur : Lionel Arsenault, concepteur du modèle **TRIMA**

Durée : trois jours

Description de la formation

Cette formation a pour objectif de familiariser et instrumenter les participants à l'utilisation professionnelle des divers outils du modèle **TRIMA** appliqués au coaching individuel et au coaching d'équipe. Les bases théoriques et pratiques des trois questionnaires **TRIMA** de même que les stratégies et tactiques des méthodes d'intervention seront exposées, illustrées et pratiquées en lien avec divers champs du coaching.

Objectifs généraux de la formation

1. Sensibiliser les participants à la pertinence de l'utilisation de la psychométrie en appui à la démarche de coaching.
2. Permettre aux participants d'acquérir les connaissances de base permettant d'utiliser et d'appliquer les questionnaires **TRIMA** ainsi que les méthodes d'intervention supportées scientifiquement et empiriquement.
3. Former les participants aux facteurs à considérer dans l'utilisation et l'interprétation des outils psychométriques.
4. Former les participants aux facteurs à considérer dans l'utilisation des outils d'intervention associés au modèle **TRIMA**.
5. Illustrer le fonctionnement des questionnaires **TRIMA** de même que les outils d'intervention à l'aide d'exemples tirés d'expériences terrain en prenant soin d'informer sur les principales difficultés pouvant être rencontrées.

Description du contenu

JOUR -1- LE MODÈLE

Bloc A : Connaître les trois structures du modèle TRIMA

- Les connaissances de base en psychométrie : tests normatifs versus tests ipsatifs
- Le modèle **TRIMA** comme outil de feedback : utilisation de la fenêtre de **JOHARI** en coaching
- Le cadre conceptuel du modèle **TRIMA**.
- Les Styles Sociaux.
- Les Domaines de Compétences.
- Les Styles de Leadership.
- L'arrimage stratégique entre les trois structures.
- L'interprétation de la partie des Styles Sociaux du rapport **TRIMA**.

Bloc B : Valoriser les dominances personnelles

- Les 5 types de tempérament selon les Styles Sociaux **TRIMA**.
- Le fonctionnement de chaque Style Social.
- Les atouts et les faiblesses de chaque Style Social.
- Le sociogramme des Styles Sociaux des membres d'une équipe.

Bloc C : Comprendre le type de tempérament de ses interlocuteurs

- Ce qui les dynamise.
- Comment ils préfèrent communiquer.
- Comment améliorer leur processus décisionnel.
- Comment ils gèrent leurs relations aux autres.

JOUR -2- LES COMPÉTENCES ET LE DÉVELOPPEMENT PERSONNEL ET PROFESSIONNEL

Bloc A : Appropriation dynamique du Bilan des Compétences

- Apprendre à interpréter les résultats du Bilan des Compétences.
- Apprendre à interpréter les résultats de la carte des compétences.
- Apprendre à établir un portefeuille de compétences.
- Étudier les écarts entre le « spontané » et le « prescrit ».
- Apprendre à établir un histogramme de la satisfaction professionnelle.

Bloc B : Efficacité relationnelle comme coach en compétences

- Appliquer la démarche de coaching comme un projet de développement des compétences.
- Connaître et appliquer un processus de coaching de compétences.
- Connaître et appliquer un procédé (outils spécifiques) de coaching de compétences selon le type d'interlocuteur.
- Proposer des plans de développement de compétences.
- Procéder à des études de cas.

JOUR -3- LE COACHING AUPRÈS DES INDIVIDUS ET DES ÉQUIPES

Bloc A : Appropriation dynamique du coaching TRIMA auprès des individus

- Utiliser une grille d'analyse pour mener un entretien de coaching
- Maîtriser les étapes de déroulement d'un coaching **TRIMA**
- Établissement d'un objectif
- Analyse de la situation actuelle
- Recherche de solutions diverses
- Intention d'action (décision)
- Le suivi
- Établir les critères de réussite d'un coaching réussi

Bloc B : Appropriation dynamique du coaching TRIMA auprès des équipes

- Étudier les conditions de réussite du coaching **TRIMA** auprès d'une équipe
- Apprendre à utiliser les trois sociogrammes **TRIMA** en coaching d'équipe
- Faire prendre conscience des bonnes pratiques associées aux équipes performantes
- Aider les équipes à prendre conscience de leurs points forts, de leurs points faibles et les aider à déterminer des axes de progrès
- Valider les objectifs à atteindre avec des indicateurs de réussite

Méthode pédagogique

La méthode pédagogique utilisée utilise trois modalités :

1. Lecture de textes
2. Cours magistraux
3. Exercices pratiques

Les lectures

Les participants devront lire le document intitulé : « *Répertoire des Compétences TRIMA* ». Ils devront aussi bien connaître et maîtriser les concepts présentés dans le cahier du participant.

Les cours magistraux

Les cours magistraux permettent de présenter le cadre théorique du modèle **TRIMA**. Ils permettent d'approfondir les notions introduites par les lectures.

Les exercices pratiques

Chaque concept enseigné doit être maîtrisé par les participants. A cette fin, une série d'exercices d'intégration sont prévus lors de la formation.

Mode d'évaluation

Un examen à la fin de la formation évaluera les connaissances acquises lors de la formation. Tout le contenu enseigné fera l'objet de l'examen. Cet examen est composé de questions objectives à choix multiples. L'examen est complété à l'aide des notes de cours des participants.

Inscription et coordonnées

Quand : À déterminer

Lieu de la formation TRIMA :

À déterminer

...

Tarif :

Membre de l'Académie : **1 270 \$** plus taxes

Non-membre : **1 325 \$** plus taxes

Pour vous inscrire, faites-nous parvenir le [formulaire d'inscription](#) par courriel à l'adresse suivante : ateliers@coaching.qc.ca

Cet atelier aura lieu si le nombre minimum de participants est atteint afin de créer une dynamique de groupe optimale.

À l'issue de cet atelier, une attestation de formation qui rencontre les exigences d'ICF pour la demande ou le renouvellement de la reconnaissance professionnelle, vous sera délivrée.