

# FORMATION

## COACHING SYLVATIQUE

PRATICIEN EN  
COACHING  
SYLVATIQUE

---

NIVEAU 1



Institut Coaching & Accompagnement

Nous contacter :  
[sabrina@coachingformation.eu](mailto:sabrina@coachingformation.eu)  
06 29 36 24 76  
[WWW.COACHINGFORMATION.EU](http://WWW.COACHINGFORMATION.EU)

# Objectifs pédagogiques

- Intégrer et expérimenter l'ensemble du processus de coaching sylvatique afin d'enrichir sa pratique professionnelle
- Acquérir, s'approprier et maîtriser des outils issus de la Sylvothérapie
- Conduire une séance de coaching sylvatique en s'appuyant sur la méthodologie transmise

## Durée

**Durée totale : 56 h en présentiel (7 jours)**

- Les Bases du Coaching : 32 heures (4 jours)
- Praticien en Coaching sylvatique : 24 heures (3 jours)

## Coût

**Tarif conventionné : 1'830 euros**

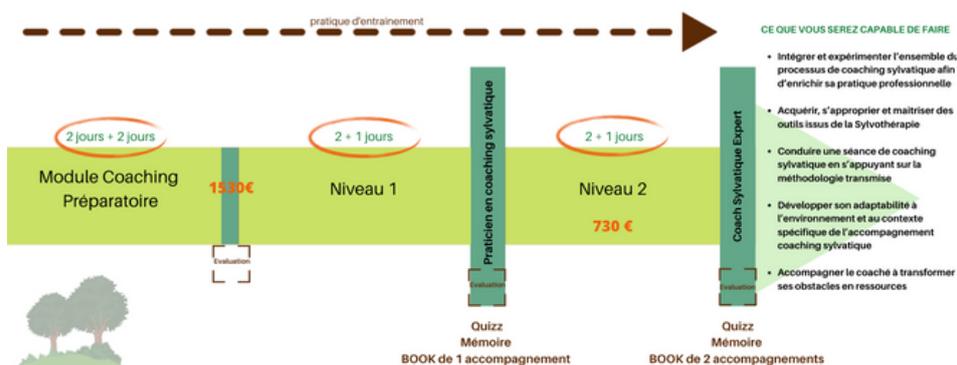
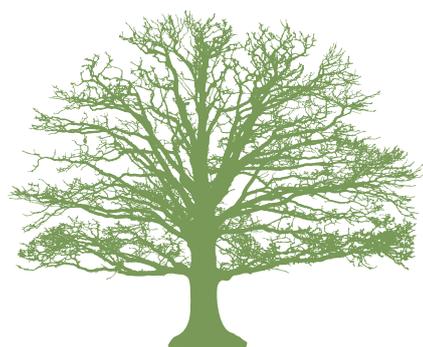
**Tarif particulier : 1'530 euros**

## Lieu :

Camping d'Osenbach-  
31, rue du stade - 68570 Osenbach

Pour les personnes en situation de handicap, nous mettons tout en œuvre pour vous accueillir ou pour vous réorienter.

Vous pouvez nous contacter au  
06.29.36.24.76



Praticien en Coaching Sylvatique (Niveau 1)

# Programme

## Les Bases du Coaching



### La communication active

- L'art de créer le lien
- L'écoute active
- Les règles de jeu
- Les signes de reconnaissances
- Communication adulte/adulte
- Le feed-back

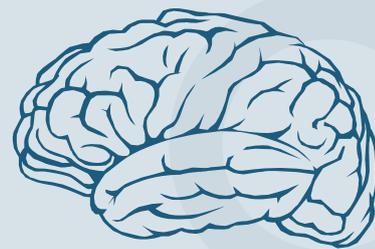


### L'entretien de Coaching

- Analyser la demande
- Définir un objectif
- Clarifier le présent
- Cadrer un entretien
- Le cadre éthique et le contrat

### L'intelligence émotionnelle

- Fonctionnement cérébral
- Connaissance des préférences cérébrales
- De l'expression des émotions au plan d'action
- Les secteurs de vie et les cycles de vie du modèle Hudson



# Programme

## Praticien en Coaching Sylvatique (Niveau 1)



- La Sylvothérapie, c'est quoi ?
- Les bienfaits pour l'homme, les bienfaits pour le coaché
- Le processus coaching sylvatique et son adaptation en intérieur
- Les rituels d'entrée et de sortie en forêt
- L'arbre de vie et son effet miroir
- La musique des plantes
- La reconnexion en forêt : relaxation, respiration, mise en énergie, marche à l'aveugle de la confiance en soi, l'aromathérapie forestière, connexion aux arbres, marche pieds nus
- Le fonctionnement de l'arbre
- L'approfondissement du walking coaching
- L'Expérimentation de l'arbre miroir en forêt
- La reconnaissance des arbres en forêt
- Le bâton de pouvoir
- La forêt dessinée et l'approche systémique
- L'arbre de vie en images
- La systémie en forêt au cœur du coaching sylvatique
- La transformation des obstacles par la créativité végétale
- La pierre d'équilibre
- Approfondissement et variantes des rituels d'entrée et de sortie en forêt