



Le modèle d'Hudson

Atelier de perfectionnement en distanciel

À Propos

Frederic Hudson était un philosophe, un éducateur et un écrivain. Docteur de l'université de Columbia, il est un des pères du coaching et a écrit le premier grand livre de référence sur le coaching : « The handbook of coaching ». Il y décrit une théorie des cycles de changement (le modèle d'Hudson) selon laquelle la vie est organisée de façon cyclique. L'homme, comme la nature, suivent des cycles naturels et chaque adulte traverse ces cycles, une succession de chapitres et de passages. Ce modèle repose sur deux piliers : les différents domaines de vie et le cycle du changement en 4 étapes. Chaque étape de ce cycle pouvant correspondre à une couleur du modèle Nuances il a toute sa place dans la pratique d'accompagnement des utilisateurs des profils Nuances.

Public concerné

Toute personne souhaitant perfectionner sa pratique de l'accompagnement.

Prérequis

Avoir suivi la formation à l'utilisation des Profils Nuances.

Objectifs

Savoir quand utiliser le modèle d'Hudson.
Savoir identifier les étapes du cycle du changement dans lesquelles se trouve une personne pour chaque domaine de vie.
Savoir accompagner une personne à travers les différentes étapes du cycle.

Bénéfice

Permettre à vos clients d'éclairer différemment les situations auxquelles ils sont confrontés afin de leur permettre une prise de recul pour mieux s'en libérer, mieux les accepter et mieux les traverser.
En utilisant ce modèle vous éviterez de passer à côté d'éléments essentiels pour la réussite de votre accompagnement, c'est donc un modèle sécurisant pour l'accompagnant et l'accompagné.

Durée de la formation

11h30 de formation en distanciel réparties sur 5 séances intercalées avec des périodes de pratique.

Programme résumé

La formation est basée sur une présentation théorique du modèle et sur des exercices permettant l'intégration des apprentissages par les participants dans des situations concrètes.

1^{ère} session de 3 heures

- Se familiariser avec les 5 domaines de vie.
- Comprendre le cycle du changement en couleurs
- Méthodologie d'utilisation : quand utiliser le modèle et comment le présenter au client

Intersession de pratique de 2 semaines environ pour s'entraîner à présenter le modèle.

2^{ème} session de 3 heures

- Retours d'expérience
- Quelles questions posées à son client pour bien parcourir le modèle
- Analyse du profil Nuances de personnes ayant vécu des changements de niveau 1 ou 2.

Intersession de pratique de 8 semaines environ pour s'entraîner à utiliser le modèle dans au moins un bilan évolutif

3^{ème} session de 2h30

- Retours d'expérience suite à vos expérimentations.
- Identification des besoins des personnes en fonction de leur profil et de la phase du cycle. Quelles couleurs sont aidantes.
- Quelles sont les conséquences sur mes propres points de vigilance en tant qu'accompagnant

Intersession de pratique de 3 mois

4^{ème} session de 1h30

- Retour d'expérience et échange de pratique.

Intersession de pratique de 3 mois

5^{ème} session de 1h30

- Retour d'expérience et échange de pratique.
- Bilan final

Investissement pédagogique

350 € HT. Convention de formation possible (50€ HT en sus).