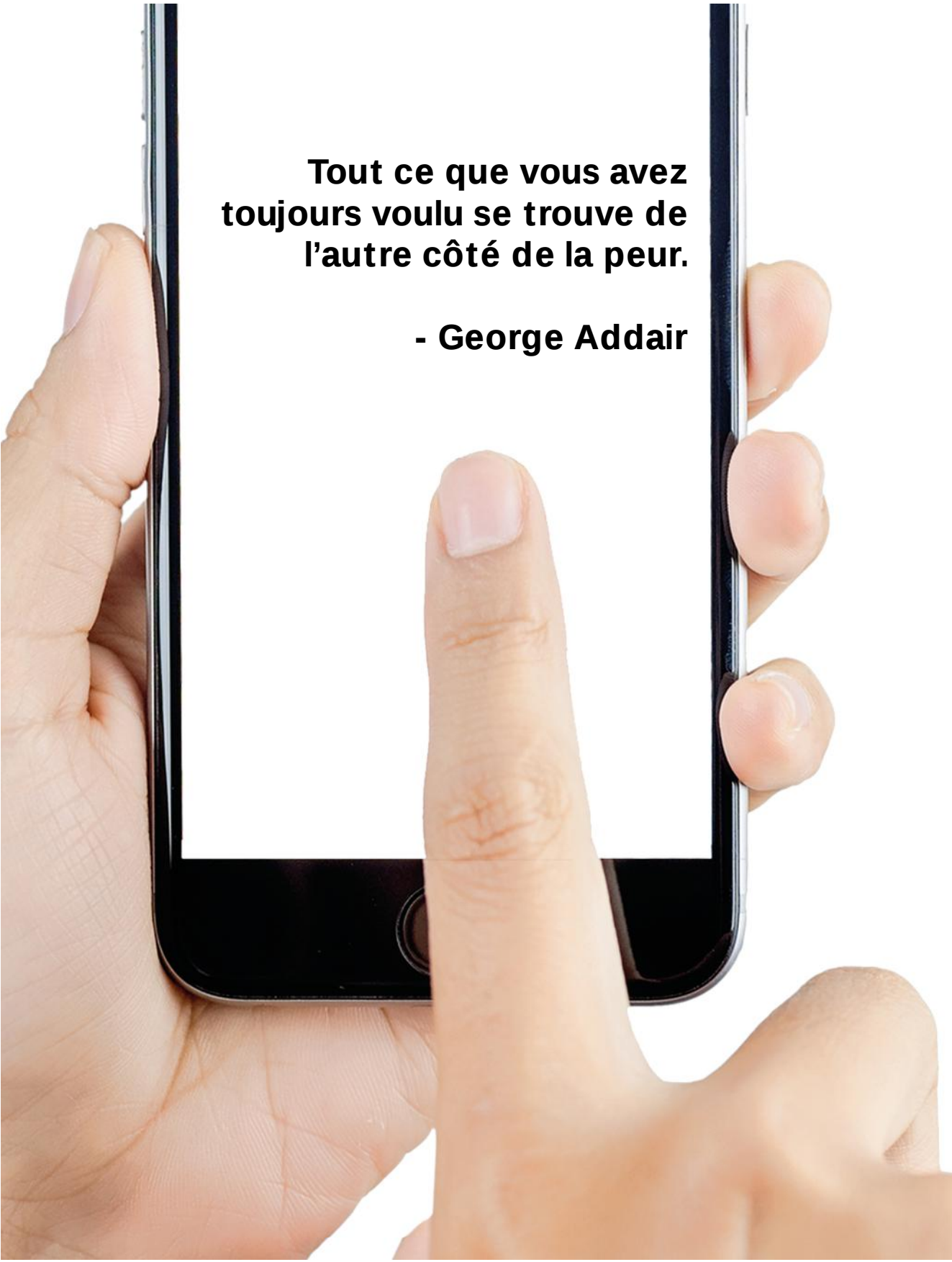




DEVENIR COACH

A close-up photograph of a person's hand holding a black smartphone. The hand is positioned vertically, with the thumb on the left side and the index finger touching the screen. The background is a solid white color.

**Tout ce que vous avez
toujours voulu se trouve de
l'autre côté de la peur.**

- George Addair

AUTRICE : NANCY RICHARD

COLLABORATION : MARISOL MICHAUD, SARA JILL LABRECQUE

Titre : Est-ce fait pour moi? Devenir coach

Collection : Magna mater

ISBN : 978-2-924840-54-2

Les Éditions Cybèle inc.

Première version : 2020

Révision linguistique : Nancy Richard

Relecture : Nancy Richard

Mise en page : Nancy Richard

Photos : achat sur Fotosearch, Pixabay, PNG Tree

Couverture : Patrick Fortin

Photographie de la couverture : MPJ Photographies

Tous droits de traduction, de reproduction et d'adaptation réservés

© 2020 Nancy Richard & Les Éditions Cybèle inc.

LES ÉDITIONS CYBÈLE --- COLLECTIONS

Mini Cybèle (livres pour enfants)

La plume de la cigogne (recueils de témoignages)

De bedon à poupon (périnatalité et vie de famille)

Collection Magna Mater (naturopathie)

Collection Baluchon (matériel pédagogique)



TABLE DES MATIÈRES

NANCY RICHARD P.5
INTRODUCTION P.7
LA NATUROPATHIE P.9
LE NATUROPATHE P.11
LE COACHING P.15
LE COACH P.17
LA FORMATION P.19
SUIS-JE À MA PLACE? P.25
PASSER À L'ACTION P.31



NANCY RICHARD



NANCY RICHARD

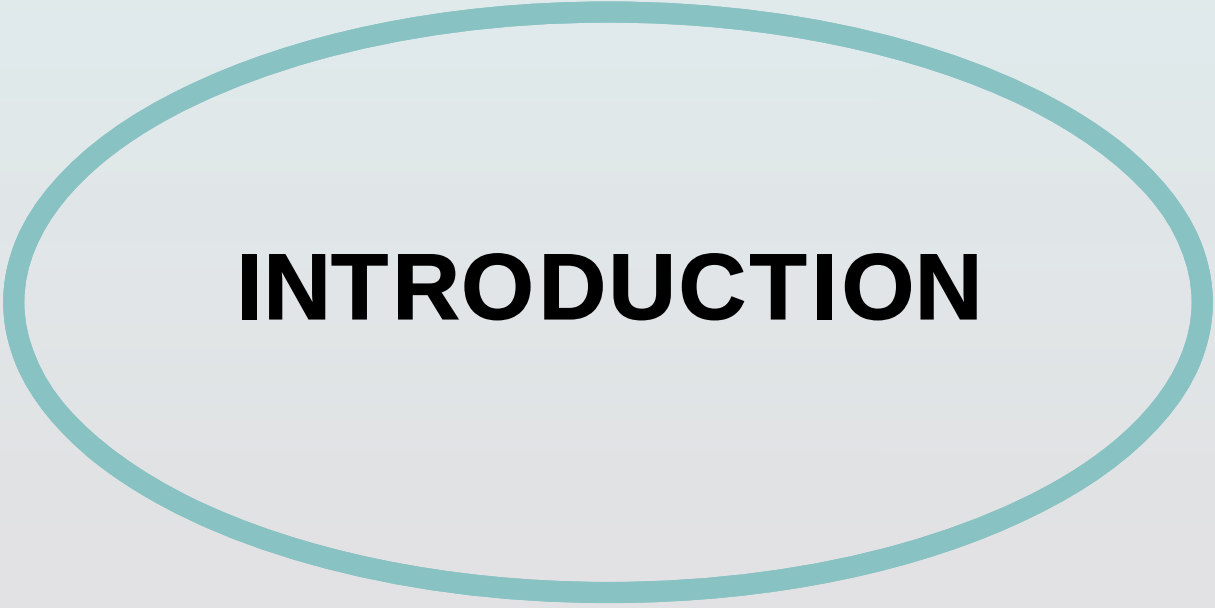
**FONDATRICE DU GROUPE CYBÈLE (ÉCOLE INTERNATIONALE
D'ACCOMPAGNEMENT CYBÈLE, LES ÉDITIONS CYBÈLE ET MAISON CYBÈLE)
DIRECTRICE GÉNÉRALE DE L'ÉCOLE CYBÈLE
RESPONSABLE DES FACULTÉS : ÉCOLE NATUROPATHE, FACULTÉ DE COACHING
(volet naturopathie)**

Tatouée éducation et périnatalité sur le cœur, fière maman, docteure en naturopathie, doula coach périnatal ©, autrice et bien d'autres diplômes qu'elle collectionne, Nancy a pour mission de transmettre des informations de qualité, via des cours, des formations, des conférences et des articles.

Bachelière en éducation et détentrice d'un brevet en enseignement, elle est la fondatrice de la première université du bien-être, en l'occurrence l'école internationale d'accompagnement Cybèle avec ses nombreuses facultés.

MES TITRES PROFESSIONNELS --- DOCTEURE EN NATUROPATHIE

**Autrice et pigiste
Baby planner
Bachelière en éducation
Docteure en naturopathie
Doula Coach périnatal ©
Coach familial
Conférencière
Éducatrice à la petite enfance
Formatrice
Préparatrice à l'accouchement agréée
Ballon Forme Couple
Hypno-Vie
Méthode Bonapace**



INTRODUCTION

INTRODUCTION

Mais que signifie ces deux lettres : ND? Eh bien, naturopathe, le plus beau métier du monde!

En optant pour ce choix de carrière, c'est de mettre à profit ses connaissances naturelles, sur les bases d'une vie saine, dans un contexte humain et relationnel.

Au terme de votre certification, vous détiendrez deux cordes à votre arc :

- **Naturopathe (ND)**
- **Conseiller en produits naturels**

Dans nos formations, nous insistons fortement sur le côté sécuritaire de l'usage des produits naturels. Nous avons pour philosophie que ce n'est pas parce que c'est naturel que c'est sans danger. Nous insistons auprès de nos étudiants et de nos gradués de toujours demeurer vigilant avec l'utilisation des produits naturels, car certains peuvent être trop puissants, d'autres systématiquement contre-indiqués. Il demeure essentiel de toujours lire les étiquettes et de se fier aux contre-indications circonstancielles (grossesse, allaitement, enfant, etc.) et celles en lien avec la condition de la personne (diagnostics déjà émis par son médecin, médicaments consommés, etc.).





LA NATUROPATHIE

LA NATUROPATHIE

Étymologiquement parlant, la naturopathie vient de nature et path qui signifie le sentier de la nature. On encourage alors nos clients à marcher sur le sentier de la nature !!!

Cette approche vise une analyse complète du mode de vie du client dans le but de lui faire des suggestions visant à modifier ses mauvaises habitudes de vie, le tout basé sur les facteurs naturels de santé et la condition actuelle de la personne. C'est une façon de plonger l'organisme du client dans des conditions propices et optimales à sa guérison basée sur son pouvoir d'auto-guérison. Bref, la naturopathie est une philosophie, un art et une science qui vise à apporter à l'être humain le plus haut degré de santé via la gestion adéquate des habitudes de vie et des facteurs naturels de santé.

La naturopathie repose alors sur quatre éléments :

- Comprendre l'origine du trouble**
- Voir la santé dans la globalité de la personne (esprit, pensée, vie, matière)**
- Considérer les symptômes comme une manifestation d'un déséquilibre vital**
- Suivre les principes de l'hygiène de vie et des facteurs naturels de santé**

Concrètement, le naturopathe fera preuve d'une écoute active et d'empathie afin de rediriger ses clients sur le chemin de la santé.

Afin de mettre en branle le pouvoir auto-guérisseur, chaque client devra mettre du sien en acceptant de se responsabiliser et de modifier ses mauvaises habitudes de vie. Le naturopathe vous accompagnera et vous motivera à demeurer sur le sentier qui vise une meilleure santé intégrative via la mise en pratique des facteurs naturels de santé.

Dans le cas où le petit client est un enfant ou même un poupon, le parent devra faire en sorte d'aider l'enfant à ralentir ses activités de sorte à plonger son corps dans un état propice à sa remise sur pieds. Cette situation s'applique justement à la certification coach / naturopathe familial.



LE NATUROPATHE

LE NATUROPATHE

En tant que naturopathe ou autre professionnel de l'accompagnement humain/coaching, nous nous devons de respecter un code d'éthique et de déontologie avec rigueur. Nous devons également adhérer à une ou des associations professionnelles très structurées, sérieuses et organisées.

En étant membre d'une association professionnelle, nous devons également respecter certaines clauses émises par divers ordres professionnels qui ont préséance sur nous dont les suivants :

- **Médecins**
- **Psychologues**
- **Diététistes/nutritionnistes**
- **Kinésiologues**
- **Vétérinaires**

Afin de respecter la loi médicale, vous ne pourrez jamais au grand jamais :

- **Poser un diagnostic**
- **Prescrire des tests diagnostics**
- **Procéder à des techniques diagnostiques invasives**
- **Prescrire des médicaments**
- **Poser un geste invasif**

Par exemple, si vous êtes naturopathe en périnatalité, vous ne devriez jamais :

- **Écouter le cœur fœtal**
- **Procéder à un examen du col pour vérifier la dilatation et l'effacement**
- **Palper le ventre de la future mère pour déterminer la position du fœtus**
- **Faire une version pour repositionner bébé tête vers le bas, dans les cas de siège et transverse**

LE VOCABULAIRE

Voici en vrac les mots à éliminer de son vocabulaire et celui par lequel le remplacer.

À éliminer	À utiliser
Patient	Client
Traitement	Service, soin de santé
Prescription	Recommandation
Psychothérapie, psychologie	Coaching
Médecine douce, médecine alternative	Santé holistique, santé intégrative, santé naturelle
Nutrition	Alimentation saine
Diète, régime	Alimentation santé
Cure	Soin de santé naturelle
Composante nutritive	Composante alimentaire
Guérir	Soulager, diminuer, atténuer, activer le pouvoir d'auto-guérison
Mal de tête	Inconfort, malaise
Gynécologie	Périnatalité, maternité, féminité
Sexologie	Relation
Pharmacie naturelle	Liste de produits naturels
Acupuncture	Acupression, digitopuncture, digitopression
Sage-femme	Jamais se prétendre être sage-femme ou femme-sage si vous êtes doula
Bilan de santé	Questionnaire santé, anamnèse

**La meilleure façon de
prédire l'avenir, c'est de le
créer.
- P. Drucker**





LE COACHING

LE COACHING

Le coaching, c'est offrir un accompagnement émotionnel et intuitif, afin d'aider son client à atteindre facilement ses objectifs.

À travers les séances de coaching, le client est amené à se responsabiliser sur ce qu'il vit et à faire éclore son plein potentiel. Le but du coaching est que le client devienne proactif et non réactif à ce qui se passe dans sa vie.

Il ne suffit pas de connaître des informations théoriques pour bien accompagner un client. Il faut également avoir une écoute bienveillante et accueillir l'autre sans jugement. C'est ainsi qu'une relation de confiance sera bâtie et permettra au client d'aller en structure profonde où il pourra vivre des transformations spontanées et durables dans le temps.



LE COACH

LE COACH

Le coach est un facilitateur de changement pour le client. Il l'aide à trouver des solutions aux problématiques qu'il vit en fonction de qui il est.

En tant que coach, vous aurez à travailler selon les lois qui existent dans votre pays par rapport à la psychothérapie.

Un coach doit avoir ou développer les 5 aptitudes suivante :

L'empathie : Avoir un grand cœur, être gentil, bienveillant et aidant.

La curiosité : Curieux de voir comment ça se passe dans la tête et dans les comportements de nos clients. Un coach est fasciné par la façon d'améliorer les situations.

Intuition : Le coaching est une profession dans laquelle votre intuition devient un atout de carrière.

L'humilité : Pas besoin d'avoir toutes les réponses. Un coach connaît les batailles autant que les victoires et il aide son client à trouver la solution qui lui convient.

État d'esprit en constante évolution : Toujours continuer de sortir de sa zone de confort et de grandir. Travaille à toujours devenir une meilleure version de lui-même.

Lorsque vous devenez coach, vous pouvez partir votre pratique de coaching et développer votre propre clientèle, animé des ateliers, développer une expertise par rapport à ce qui vous passionne (famille, enfant, couple, entrepreneur, ...).

Vous pouvez également développer des formations en ligne ou en personne et développer des outils pour aider vos clients, peu importe le domaine et ce que vous avez envie et vous pourrez donner des conférences.

Votre métier de coach peut vous amener à atteindre des objectifs que vous avez, il vous amène à comprendre l'humain différemment dans son plein potentiel et il vous aide à créer une culture d'entreprise à la hauteur de qui vous êtes vraiment.

A large, light teal oval border frames the title text.

LA FORMATION

LA FORMATION INITIALE

Faire partie de la famille Cybèle, ce n'est pas que suivre une formation. C'est développer toutes les compétences pour vivre au quotidien de sa passion.

C'est donc une occasion en or de :

- **Dénicher de nombreuses connaissances dans un domaine qui vous fait vibrer et dans ce cas présent, même deux domaines variés**
- **Réaliser votre plein potentiel**
- **Devenir votre propre patron**
- **Faciliter votre conciliation travail-famille-vie personnelle**
- **Prendre des décisions éclairées**
- **Vivre une carrière trépidante, à votre image**
- **Et bien plus encore !!!**

Cette école, au goût du jour, a su s'adapter à la réalité de ses étudiants, bien souvent de jeunes parents désirant ardemment changer de carrière, lors d'un congé parental, ou d'une personne en croissance personnelle qui découvre enfin sa voie.

Suivant les préceptes de la technopédagogie, l'École Cybèle et sa faculté de coaching propose deux certifications initiales dans le vaste univers tour à tour du coaching en tant que tel et également de la naturopathie :

- **Coaching PNL : certification axée sur les principes de base de la programmation neuro-linguistique et des transformations localisées en structure profonde**
- **Coaching et naturopathie familiale : certification axée sur la relation d'aide au naturel auprès des nouvelles familles et de leurs enfants**

Au terme de la certification, les gradués pourront pratiquer le métier de coach. De plus, les gradués ici de la seconde certification pourront également devenir naturopathe spécialisé auprès des bébés et des enfants de même que conseiller en produits naturels.

LA FORMATION CONTINUE

Investir dans la formation, c'est conjuguer au présent, mais aussi au futur le souci des hommes et le souci des résultats.

- Philippe Bloch

Étant à l'écoute des réels besoins en matière de formation de nos étudiants et de nos gradués, nous avons mis sur pied une section formation continue.

La plupart des associations professionnelles en naturopathie exige entre 10 et 40 heures de formation continue par année pour maintenir sa licence active et surtout ses connaissances à jour. Il ne faut pas oublier que nous travaillons en contexte de relation d'aide pour aider autrui et non nuire...

Nous travaillons donc actuellement à lancer les formations suivantes :

- **Famille écolo - vivre vert**
- **Diverses trousse d'outils complémentaires**
- **Et plus encore !!!**



LA FORMATION COMPLÉMENTAIRE

La formation révèle l'aptitude et le terrain révèle la compétence.

– Patrice Aimé Agossou

Suivre une formation à l'Académie Cybèle est le début d'une grande histoire d'amour de la vie avec un grand V.

Bon nombre de nos gradués décident d'entamer une seconde certification au terme de la première afin de devenir plus polyvalent encore et d'offrir davantage de services à sa clientèle.

C'est pourquoi nous avons bâti nos programmes pédagogiques avec des cours identiques d'un programme à l'autre (tronc commun), afin de faciliter le passage d'une certification à une autre.

C'est le cas notamment des certifications suivantes :

- **Doula coach périnatal - Faculté École Doula**
- **Naturopathie périnatale - Faculté École Naturopathe**
- **Formation de formateur - Faculté d'andragogie**

LES SÉMINAIRES

On ne peut rien enseigner à autrui. On ne peut que l'aider à le découvrir lui-même.

– Galilée

Offrant bien sûr des formations humaines, certains préféreront se déplacer pour vivre et ressentir cette belle énergie.

Nous avons donc créé des séminaires en présentiel, pour créer son matériel pédagogique et intégrer dans son corps les nouvelles connaissances acquises. Ils pourront être suivis en guise de conclusion à la formation initiale ou comme formation continue annuelle.

Les séminaires auront lieu dans les villes et pays suivants :

- **Montréal - Canada**
- **Victoriaville - Canada**
- **Bruxelles - Belgique**
- **La Rochelle - France**

A close-up photograph of a person's hand holding a black smartphone. The hand is positioned vertically, with the thumb on the left side and the index finger touching the screen. The background is a plain, light color. The text is centered on the screen.

Restez dans sa zone de confort, c'est exister. Oser en sortir, c'est vivre!



**SUIS-JE À MA
PLACE?**

SUIS-JE FAIT POUR LE MÉTIER DE COACH?

Nous vous proposons maintenant de faire un petit test! Bien sûr, il se veut ludique et ne saurait réellement vous exposer vos capacités (ou non) à devenir coach! L'objectif est beaucoup plus de vous faire réfléchir au métier, à ses exigences. À vos crayons!

1. Dans la vie en général :

- A. J'aime le contact humain à 100 %, j'ai toujours besoin d'être avec d'autres personnes.**
- B. J'aime le contact humain à 80 %, j'aime également avoir du temps pour me recentrer sur moi.**
- C. J'aime le contact humain à 50 %, je ne me sens pas toujours à l'aise aux contacts des autres.**
- D. Je n'aime pas le contact humain.**

2. Dans ma vie professionnelle :

- A. Je suis quelqu'un qui ne compte pas ses heures, toujours au taquet.**
- B. Je suis quelqu'un qui se donne énormément, mais je sais également donner la part suffisante à ma famille et à ma vie personnelle.**
- C. Je suis quelqu'un qui peut séparer totalement ma vie professionnelle du reste, après l'heure, ce n'est plus l'heure.**
- D. Je suis quelqu'un qui recherche plus un petit truc à faire en plus, ma famille et ma vie personnelle sont et resteront ma priorité absolue.**

3. Ma caractéristique :

- A. Extravertie**
- B. Introvertie**
- C. Ni l'un, ni l'autre**

4. Je sais garder un secret :

- A. Un peu**
- B. Beaucoup**
- C. Pas du tout**

5. Mes plus belles qualités (en cocher 3)

- A. L'écoute**
- B. La générosité**
- C. La dévotion**
- D. La compassion**
- E. L'empathie**
- F. L'ambition**
- G. La motivation**
- H. L'altruisme**

6. Mes plus gros défauts (en cocher 3)

- A. L'hypersensibilité**
- B. L'égoïsme**
- C. L'égocentrisme**
- D. La timidité**
- E. L'impatience**
- F. La bavardise**
- G. L'ambition**
- H. La curiosité**

7. Quand il y a un silence dans la conversation...

- A. Le silence est bien souvent d'or.**
- B. Je ne suis pas trop à l'aise, mais je sais que je peux y travailler.**
- C. Je ne peux m'empêcher de le combler...**

8. Parler sexualité

- A. Pas de soucis, pourquoi tu as un problème pour jouir?**
- B. Attends, viens on se met de côté pour en parler discrètement!**
- C. Tant qu'on ne parle pas de la mienne, pas de soucis.**
- D. Heuuu, ce qui se passe dans la chambre, reste dans la chambre...**

9. Quelle phrase me correspond le mieux :

- A. J'aime apprendre, je lis constamment.**
- B. J'aime apprendre, le contact aux autres en est la plus belle source.**
- C. J'aime apprendre, mais je me fie à des sources précises, je ne me laisse pas influencer par le premier venu.**
- D. J'aime apprendre, toutes sources sont les bienvenues; on se couche tous les jours un peu moins idiot que la veille...**

10. Êtes-vous capable d'écouter sans interrompre?

- A. Si j'ai une bonne idée de conseil, je ne peux m'empêcher de le lire quand elle me vient.**
- B. La personne a parfois besoin de se faire guider, donc je ne me prive pas au besoin.**
- C. Parler est un besoin, écouter est un art.**

RÉSULTATS

Question 1	A	3
	B	4
	C	2
	D	1
Question 2	A	3
	B	4
	C	1
	D	1
Question 3	A	2
	B	2
	C	3
Question 4	A	1
	B	2
	C	0
Question 5	A	2
	B	2
	C	2
	D	1
	E	2
	F	1
	G	2
	H	2
Question 6	A	2
	B	1
	C	0
	D	2
	E	1
	F	1
	G	1
	H	2
Question 7	A	3
	B	2
	C	1
Question 8	A	2
	B	3
	C	2
	D	0
Question 9	A	2
	B	2
	C	1
	D	3
Question 10	A	0
	B	0
	C	4

Tu as obtenu entre 37 et 29 points

C'est fait pour toi!

Rien à redire, à croire que tu étais né pour ce métier ! Il ne te manque plus que la connaissance théorique et les outils pour y arriver.

Tu as obtenu entre 28 et 20 points

Oui, mais!

Nul doute que tu seras un coach formidable, mais il va falloir apprendre à ne pas en faire trop ou passer au-dessus de ta timidité. À travers une formation solide, tu apprendras la bonne posture à prendre, à connaître tes limites, à te protéger et te sentir légitime.

Tu as obtenu entre 19 et 12 points

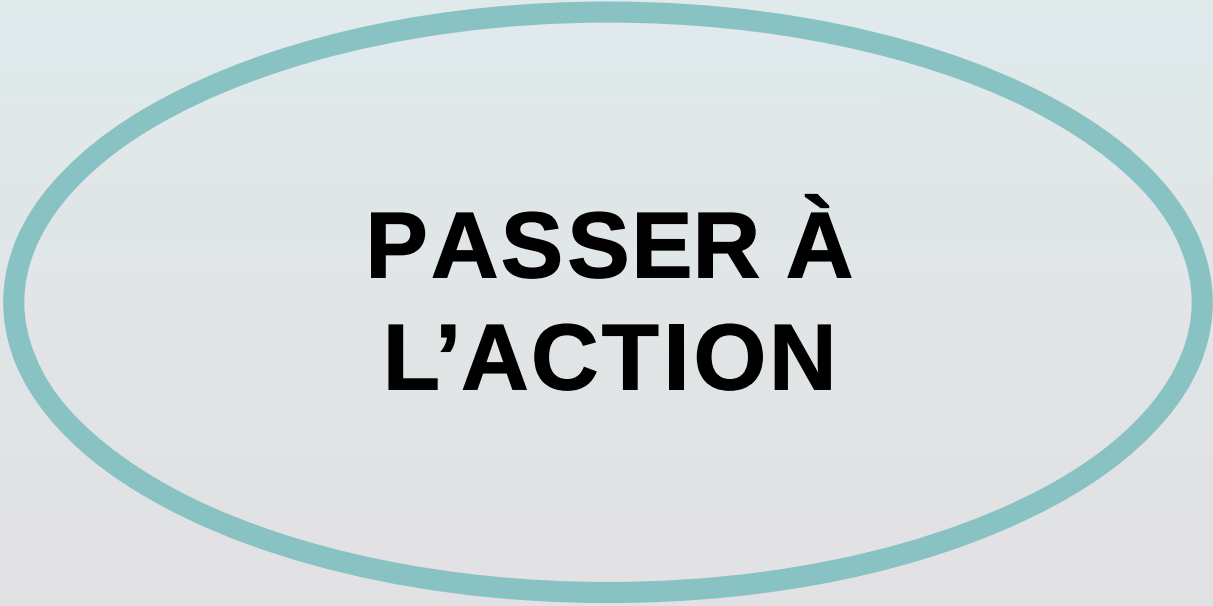
Va falloir travailler sur toi !

Tu peux tout à fait devenir coach, puisqu'à cœur vaillant rien n'est impossible! Cependant, il va falloir faire un réel travail d'ouverture d'esprit à l'autre et à tes propres limites. Bien que ce métier soit conciliable avec une autre profession, il demande un réel investissement personnel. On peut discuter de ton choix, si tu as encore des doutes, n'hésites pas!

A close-up photograph of a person's hand holding a black smartphone. The phone's screen is white and displays a quote in black text. The hand is positioned with the thumb on the left side of the phone and the index finger pointing towards the screen. The background is a solid light blue.

**La vie ce n'est pas
d'attendre que les orages
passent, c'est d'apprendre
comment danser sous la
pluie.**

- Sénèque



**PASSER À
L'ACTION**

PASSER À L'ACTION

Vous avez choisi de plonger à fond dans ce merveilleux projet que de débiter une certification en coaching? Félicitations !!!

Nous vous invitons à visiter le site web général de notre établissement scolaire, afin de prendre connaissance de nos programmes pédagogiques détaillés, de nos tarifs s'y rattachant et des modalités d'inscription.

Voici le lien : <https://ecolecybele.com>

Sinon, allez fureter directement sur le site de la faculté de coaching : <https://certification-coaching.com>

Si vous souhaitez combiner deux certifications, contactez-nous à l'avance à info@ecolecybele.com

Au plaisir de partager ce grand moment de votre future carrière,

Nancy Richard, Céline Baes et toute la merveilleuse équipe de l'Académie Cybèle :)

