



AsterRe
by Renaissance
FORMATION

Formation qualifiante de coach professionnel

Démarrage du prochain parcours à Marseille
15 octobre 2026

L'essentiel en quelques chiffres

46 jours de formation en présentiel (soit 322 heures)
18 mois entre le début de la formation et l'accréditation
15 modules de 3 ou 4 jours, chaque 4 à 6 semaines
15 sessions de coaching supervisé en distanciel
15 heures d'accompagnement individuel & supervision

Les spécificités

- * Approche pragmatique et exigeante du métier de coach professionnel ancrée dans la réalité terrain actuelle
- * 3 modules dédiés à l'approfondissement de la conscience de soi, pour découvrir son excellence dans l'action (MOII), son inventaire de personnalité Process Communication Model® et développer le leadership de soi (Pierre angulaire de l'Elément Humain®)
- * Co-animation par 2 professionnelles expertes de l'accompagnement pour dynamiser et mailler les cadres de référence
- * Écosystème de coaches expérimentés et de superviseurs en soutien et en compagnonnage pour densifier sa pratique dès le début du parcours
- * Espace de co-working dédié aux professionnels de l'accompagnement pour travailler en réseau
- * Parcours structurant couplé avec le cabinet Renaissance, spécialisé dans la formation managériale et le coaching
- * Encadrement du lancement d'activité en partenariat avec une couveuse d'entreprise pour pérenniser sa structure et vivre de son métier



AsterRe
by Renaissance
FORMATION

Formation qualifiante de coach professionnel

Démarrage du prochain parcours à Marseille
15 octobre 2026

Les objectifs

AsterRe est une formation opérationnelle visant la maîtrise et le déploiement des techniques de coaching individuel, collectif et d'intelligence collective apprises dans un cadre de soutien structuré et innovant.

Chacun vit une expérience transformationnelle sur les plans personnel et professionnel et développe son potentiel à son rythme.

Nous préparons les coachs à la réalité du métier grâce à des mises en situations concrètes, une identification de leur offre, et une intégration progressive de la posture et des outils métier.

Pour exercer le métier de coach, de manager, de consultant ou de formateur, les participants acquièrent :

- * une conscience de soi et de sa pratique, source d'autonomie
- * une appropriation du cadre déontologique de la profession
- * des compétences techniques, relationnelles et communicationnelles affutées
- * une connaissance pragmatique des systèmes et des organisations
- * la capacité à accompagner les transformations dans une dynamique individuelle et collective, avec une vision humaniste



AsterRe
by Renaissance
FORMATION

Formation qualifiante de coach professionnel

Démarrage du prochain parcours à Marseille
15 octobre 2026

L'art du coaching professionnel

L'excellence en pratique

Avec AsterRe, le coaching professionnel s'apprend ensemble par la mise en situation et l'entraînement. Dans chaque module et entre chaque session, le groupe met en pratique les acquis.

Chacun expérimente les modèles et les outils pour soi-même avant de le mettre au service des personnes et des systèmes accompagnés. Nous encourageons une pratique supervisée et le compagnonnage en binôme avec un coach expérimenté dès le début du parcours pour incarner les concepts dans son propre geste et sa posture.



Coaching live
supervisé



Analyse de vos
interventions en
entreprise



Laboratoire
expérientiel à
l'Atelier



Observation
terrain parrainée



Développement
personnel en
thérapie



Ancré dans
l'accompagnement
en entreprise



AsterRe
by Renaissance
FORMATION

Formation qualifiante de coach professionnel

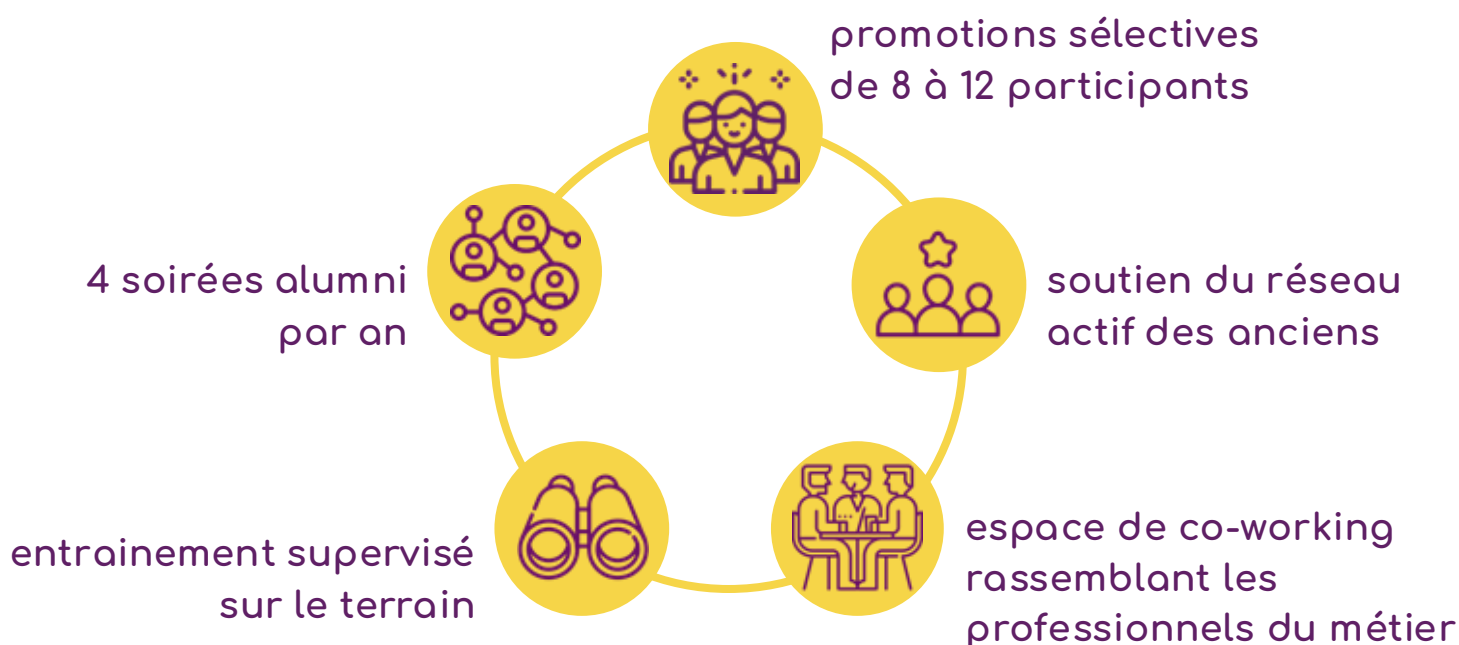
Démarrage du prochain parcours à Marseille
15 octobre 2026

L'art du coaching professionnel

Être, savoir et faire, ensemble

Avec AsterRe, l'excellence du coaching professionnel s'apprend par la transmission vivante d'un savoir-faire, auprès d'expertes du métier de l'accompagnement en entreprise et de la thérapie, au sein d'une communauté engagée. Isabelle et Caroline, artisans de cette démarche, ont façonné depuis 2018 une école où chaque coach en devenir est guidé avec soin, pas à pas, vers la maîtrise. L'apprentissage se vit dans l'échange et l'entraide, au cœur d'un écosystème collaboratif unique qui honore le temps de la maturation et la richesse des expériences partagées.

Dans une profession où l'indépendance peut parfois conduire à l'isolement, nous avons fait le choix d'un modèle collaboratif et solidaire, où la connexion et l'entraide sont au cœur du parcours.





AsterRe
by Renaissance
FORMATION

Formation qualifiante de coach professionnel

Démarrage du prochain parcours à Marseille
15 octobre 2026

Notre socle théorique

Le parcours s'appuie sur un socle théorique solide et vivant, au service d'une pratique du coaching exigeante, concrète et profondément humaine. Les participants y intègrent progressivement des modèles de référence, des grilles de lecture puissantes et des outils d'intervention reconnus, mobilisables dans l'accompagnement individuel, l'accompagnement des équipes et la transformation des organisations.

En croisant l'Analyse Transactionnelle, L'Élément Humain®, le coaching des émotions, Process Communication Model®, PersonA Model et l'approche systémique, la formation permet de développer une compréhension fine des personnalités, des interactions, des mécanismes relationnels, des régulations collectives et des dynamiques de changement.

Ce socle nourrit la qualité de présence, la justesse du diagnostic, la pertinence des interventions et la capacité à accompagner la complexité avec discernement.

Chez AsterRe, les concepts ne restent jamais théoriques : ils sont incarnés, expérimentés et mis en pratique tout au long du parcours pour permettre à chaque futur coach de construire une posture solide, une lecture intégrative des situations et une capacité d'action immédiatement transférable sur le terrain.

Nos fondements conceptuels au travers de quelques auteurs référents

- | | |
|----------------------------|--------------------|
| * Daniel Chernet | * Jérôme Curnier |
| * Dominique Bériot | * Patrice Dubourg |
| * Eric Berne | * Stephen Karpman |
| * Frédéric Demarquet | * Taibi Kalher |
| * Gérard Collignon | * Vincent Lenhardt |
| * Bernadette Lecerf-Thomas | * Will Schutz |



AsterRe
by Renaissance
FORMATION

Formation qualifiante de coach professionnel

Démarrage du prochain parcours à Marseille
15 octobre 2026

Le calendrier

MODULE		DATES
2026	M1	15-16-17 octobre 2026
	M2	12-13-14 novembre 2026
	M3	16-17-18-19 décembre 2026
	M4	28-29-30 janvier 2027
	M5	4-5-6 mars 2027
	M6	8-9-10 avril 2027
2027	M7	20-21-22 mai 2027
	M8	10-11-12 juin 2027
	M9	8-9-10 juillet 2027
	M10	26-27-28 août 2027
	M11	7-8-9 octobre 2027
	M12	18-19-20 novembre 2027
2028	M13	6-7-8 janvier 2028
	M14	17-18-19 février 2028
	M15	30-31 mars et 1 ^{er} avril 2028



AsterRe
by Renaissance
FORMATION

Formation qualifiante de coach professionnel

Démarrage du prochain parcours à Marseille
15 octobre 2026

Le programme par modules

MODULE	THEMES
M1	Fonder le groupe et entrer dans la posture de coach
M2	Les fondamentaux du coaching individuel à travers l'analyse transactionnelle fonctionnelle, l'outil RPBDC et les 8 zones d'intervention selon V. Lenhardt
M3	La pierre angulaire selon W. Schutz dans l'Élément Humain – Estime de soi et performance collective
M4	Le coaching individuel avancé à travers la colonne verticale du sens et Process Communication
M5	Les fondamentaux du coaching d'équipe à travers l'Imago de groupe, les stades de développement, le groupe de base
M6	Le coaching d'équipe avancé à travers les chantiers d'intervention par enjeux du système, la régulation, la cohérence de fonctionnement et la cohésion, l'autonomie, la confiance
M7	Le coaching d'organisation à travers les diagrammes de la théorie organisationnelle de E. Berne et le schéma de Fox. Comprendre les mécanismes à l'œuvre et plan d'intervention
M8	Le diagnostic court de G. Pellerin, le coaching individuel avancé à travers la systémie (Palo Alto, Coaching orienté Solution, Coaching orienté Objectif)
M9	Le coaching individuel avancé à travers CPOTP, le travail de l'objectif, des valeurs, des croyances et des besoins - échelle d'Argyris et théorie polyvagale



AsterRe
by Renaissance
FORMATION

Formation qualifiante de coach professionnel

Démarrage du prochain parcours à Marseille
15 octobre 2026

Le programme par modules (suite)

MODULE	THEMES
M10	Le coaching individuel avancé à travers l'accompagnement des émotions et des deuils, la boussole d'accompagnement des managers et l'accompagnement du changement dans les équipes et l'organisation
M11	Identification de son Mode opératoire identitaire et itératif (MOII) et transposition dans son identité professionnelle. Construire et affirmer son offre
M12	Mise en situation d'accompagnement d'équipe en situation de changement et de l'autonomisation avec les outils de l'intelligence collective
M13	Entretien de leading, chantiers d'interventions, proposition d'accompagnement en entreprise, contractualisation et entretiens tripartites
M14	Stratégie d'intervention en entreprise (Visionning, Culture processus de décision, dynamique de la roue, perspective croisée entre M. Belbin, H. Mintzberg et F. Lalou)
M15	Intégration, évaluation finale et certification (coaching live, exposé du mémoire et présentation du Chef d'œuvre)



AsterRe
by Renaissance
FORMATION

Formation qualifiante de coach professionnel

Démarrage du prochain parcours à Marseille
15 octobre 2026

Les prérequis et les modalités d'admission

Nous constituons chaque promotion de 12 participants maximum avec attention.

Une expérience de plus de 5 ans en entreprise ou dans un système qui permette d'avoir confirmé un gout prononcé pour les relations humaines, le management ou l'accompagnement est requise.

L'inscription est validée après un entretien individuel avec Caroline ou Isabelle, au cours duquel nous évaluons la cohérence de nos projets mutuels.

Le tarif et les modalités de règlement

Particuliers et entreprises : 15 000 €net

Les personnes qui cooptent un participant qui valide son inscription bénéficient d'une remise de 10% sur le tarif qui leur sera facturé (soit une remise de 1 500 €net – respectivement 2 100€ pour les entreprises de 6 personnes)



AsterRe
by Renaissance
FORMATION

Formation qualifiante de coach professionnel

Démarrage du prochain parcours à Marseille
15 octobre 2026



Les formatrices : Isabelle Jarniou-Contal

Après 11 ans de management en entreprise, je me suis spécialisée dans l'accompagnement des dirigeants, des managers ou des équipes pour leur développement personnel et professionnel : mes missions sont centrées sur des reconversions, des prises de poste, des recherches de performance, des « rebonds » suite à des traumatismes ou des burn-out.

De formation juridique et de gestion d'entreprises, je me suis spécialisée dans la gestion d'équipe, et la structure financière des projets.

Après avoir côtoyé la complexité des organisations, les difficultés de conduire un groupe, la solitude du leader, et la mécommunication dans les relations interpersonnelles que j'ai décidé d'orienter ma vie professionnelle vers un métier qui me permettrait d'aider chaque personne et chaque équipe à prendre conscience et à gérer ses ressources, à les mettre au service de ses objectifs et de ses projets de vie. Mon accompagnement associe deux polarités distinctes et complémentaires : d'une part, j'ai développé une expertise en coaching individuel, d'équipe et d'organisation, et d'autre part, j'ai ouvert mon champ d'intervention à la pratique de la médecine chinoise, la sophrologie, les techniques de libération émotionnelle et la préparation mentale. Cette double approche colore ma technique d'accompagnement depuis 2010.

Coach certifiée Maître Praticien, enseignement et supervision (Institut Maïeutis). Coach et formatrice en Performance Mentale (Méthode Target®). Coach et formatrice Process Communication® et en process Thérapie. Coach praticienne Élément Humain ®

DEA de sciences juridiques (1995) et DESS de gestion d'entreprise (1998)

Formée en Médecine Traditionnelle Chinoise par la FLETC (2012) - 5 éléments (2017)



AsterRe
by Renaissance
FORMATION

Formation qualifiante de coach professionnel

Démarrage du prochain parcours à Marseille
15 octobre 2026



Les formatrices : Caroline Couturier

Spécialisée dans l'optimisation de la performance au travers du développement des pratiques

managériales et du développement personnel, j'accompagne des dirigeants, des managers, des organisations dans leur transformation au travers de coachings individuels et d'équipes, et d'ateliers de développement managérial et personnel.

Je suis co-auteur du roman « C'est la Vie », avec Eric Perret- The BookEdition.com – 2020 – adapté depuis au théâtre, et j'ai participé activement à l'écriture du livre « Osez l'amour de soi – au travail aussi ! » - InterEditions/Dunod – 2024.

Après 13 ans de responsabilités opérationnelles dans les Telecom dont 5 ans en tant que Directeur Marketing du Groupe BT, j'ai fondé en 2009 un cabinet de conseil en management, que j'ai fusionné avec le cabinet Renaissance début 2013, en m'associant avec Eric Perret, puis avec Isabelle Jarniou-Contal. J'ai créé en 2019 de l'Atelier Coquelicot, un espace de co-working dédié aux artisans de l'accompagnement en entreprise, pour contribuer à la professionnalisation du métier de coach.

Coach certifiée Maître Praticien, enseignement et supervision (Institut Maïeutis). Coach Process Communication®. Coach praticienne Élément Humain ® et praticienne de l'approche Systémique. Formatrice avec Daniel Chernet pour Coacher les émotions.

Membre de l'association de coaching EMCC France, du Centre des Jeunes Dirigeants. Coach bénévole pour 60 000 Rebonds. Animatrice APM (Association pour le Progrès du Management) pendant 5 ans.

Ingénieur Télécom (Promotion 1997 ENST Paris) – MBA London Business School (LBS 2007)