



## **Master en gestion des ressources humaines**

### **Cours : Développement personnel et coaching**

#### **Objectifs pédagogiques :**

A la fin du Cours l'étudiant doit être capable de :

1. Maîtriser les notions liées au développement de moi et aux modèles existants ;
2. Utiliser les outils pour identifier, influencer et modifier les comportements et attitudes ;
3. Développer les compétences en matière de coaching personnel et organisationnel ;
4. Etablir un cahier de charge pour l'évaluation et assurer le suivi des personnes et/ou organisation en matière de coaching tout en respectant les règles d'éthiques et déontologiques.

#### **Plan de cours**

##### **I. Développement et l'individu**

1. Principes du développement
2. Modèles et théories du développement humain
3. Le développement du moi (Anna Freud)
4. Le moi en tant qu'instance créatrice (Eric H Erikson)
5. Le soi (Heinz Kohut) : concept de soi, estime de soi, soi et comportement, culture et soi

##### **II. Paradigme humaniste et existentiel**

1. La Gestal (Frederic S Perls)
2. Le Respect de la personne (Carl Rogers)
3. Le développement optimal (Abraham Maslow)
4. La recherche de l'être (Rollo May)

##### **III. Comportement et attitudes**

1. Les attitudes : définition, développement et changement
2. Influence sociale : normalisation, conformisme, obéissance à l'autorité : les études de Milgram, autonomie et innovation
3. Comportement de groupe

### **III. Les relations interpersonnelles**

- Création des liens
- Déterminants de l'attraction
- Comportement pro social ou comportement altruistes
- Comportement au groupe : fonction, rôles, cohésion,
- leadership et membership : traits personnels et comportement des leaders/typologie/approches situationnelle
- Equipe, coopération et conflit /participation /mobilisation

### **IV. Généralités**

1. **Coaching** : Définition, concepts connexes, histoire et typologie
2. **Etre coach**: qualités et principes

### **V. Coaching de la personne**

1. Diagnostic et plan de coaching
2. Ecoute
3. Mode d'intervention
4. Accompagnement
5. Diagnostic de progression et suivi

### **VI. Coaching des organisations**

1. Diagnostic et plan de coaching
2. Dynamique organisationnelle
3. Culture de l'organisation
4. Outils de coaching
5. Equipe/créativité/performance
6. Diagnostic de progression et suivi

### **VII. L'éthique et la déontologie**

## **Evaluation**

Devoir individuel (10%)

Devoir en groupe (30%)

Examen en salle de classe (60%)

Pour réussir le cours l'étudiant doit obtenir au moins 65 % de moyenne.

<b>Calendrier d'exécution</b>	<b>Date</b>
Cours I (Devoir 10%)	27 avril
Cours II	4 mai
Cours III (Devoir en groupe)	11 mai
Soumission devoir et exposé (30%)	25 mai
Cours V	1 juin
Cours VI	15 juin
Cours VII	22 juin
Cours VIII	29 juin
Rattrapage	6 juillet
Evaluation finale	13 juillet
Examen de rattrapage	A planifier

## **Bibliographie sélective.**

- Bedard, Luc., Deziel, Josée., et Lamarche, Luc. (2006). introduction à la psychologie sociale. Québec : ERPI
- Bergeron, Jean-Louis., & al. (1979). Les aspects humains de l'organisation. Montreal : Gaetan morin.
- Bouchard, Suzanne., & Gingras, Marie. (2007). Introduction aux théories de la personnalité-3<sup>e</sup> édition. Montréal : Gaetan morin.
- Kaplan, Robert S., & Norton, David-P. (2001). Comment utiliser le tableau de bord prospectif. Paris : d'organisation.
- Papalia, Diane E., & Olds, Sally-W. (1983). Le développement de la personne-deuxième édition. Québec : HRW lte.
- Rathus, Spencer-A. (1985). Psychologie générale. Québec : HRW ltée.