



Gilles Guyon

## Coaching de vie

Le **coaching sportif** s'est vu propulser à la une des journaux télévisés grâce aux résultats extraordinaires de certains champions. Ici il s'agit du coach entraîneur qui aide le sportif à se dépasser et à avoir un mental de gagnant.

**L**e **coaching humain** lui est entré en France par le coaching de 1ère génération, c'est ce que l'on appelle le **business coaching**. Il est essentiellement réservé aux dirigeants, aux cadres, aux managers et aux sportifs de haut niveau ainsi qu'aux responsables des ressources humaines.

Le **business coaching** permet à l'identité du coaché (le client) d'acquiescer des capacités de réussir les objectifs qu'il se fixe. Par exemple, le coach aide la personne à augmenter son chiffre d'affaire, à atteindre un poste plus élevé, à avoir une meilleure cohésion d'équipe, etc. Aussi commence-t-il à faire un pas vers sa dimension humaine même si l'arrière plan est essentiellement matériel et financier.

Le **business coaching** ne représente qu'un balbutiement de ce mouvement car il touche à **peine 1 % de notre population**. Selon moi, tout ce qui permet à l'humain de mieux se comprendre, de cesser de se mentir en étant accompagné dans la découverte authentique de qui il EST puis conduit jusqu'à l'accomplissement concret de son être, est le but ultime de l'évolution d'une vie et doit être accessible à **tout le monde**.

Après le **business coaching** est né le **LIFE COACHING** avec le coaching de :

- 2ème génération pour toutes les



personnes en relations professionnelles avec d'autres humains par exemple : avocats, professeurs, commerciaux, infirmières, sophrologues, maires, médecins, artisans, commerçants, etc.  
- **3ème génération accessible à TOUS.**

Et depuis peu le **life coaching** (le coaching de vie) a fait son entrée dans l'hexagone. Sa méthodologie réunit tout ce que l'on a compris depuis plus de 100 ans dans les sciences du management, de la communication ainsi que les connaissances psychologiques, comportementales associées au développement de l'être, de l'intuition et de l'esprit. Cet axe spécifique du coaching a donc été mis au point par un réseau très large de professionnels : enseignants, entraîneurs, managers, conseillers, thérapeutes, sociologues... Les

outils utilisés sont issus d'une synthèse de tout ce qui existe à ce jour concernant l'évolution humaine : analyse transactionnelle, la programmation neurolinguistique, l'hypnose éricksonienne, l'analyse systémique, la psychologie sociale, la négociation, la gestalt, la sophrologie, le dessin, la symbolique, l'intuition, les jeux de rôle, le mouvement, l'écoute active, etc.

### Vers un nouvel art du changement

Le **LIFE COACHING** révèle la dimension profonde du coaching. Le coach aide chaque personne qui en fait la demande quel que soit son niveau social, son métier, son âge, car c'est un métier qui respecte les valeurs essentielles, l'écologie et l'âme de la personne. C'est une nouvelle profession d'accompagnement de la personne ou d'un groupe vers la réalisation d'objectif personnel, familial, professionnel ou social.

### A qui cela s'adresse-t-il ?

- Il correspond à une forte demande sociale et à un désir de changer. Donc il s'adresse à un très large public : des adolescents aux retraités, la famille, les célibataires, les couples, les étudiants et également aux entreprises en mutation.

### POUR EN SAVOIR PLUS :

Gilles GUYON a 43 ans, est formateur de coach professionnel, conférencier, auteur et co-gérant d'une école de formation de coach professionnel : LUNION FORMATION S.A.R.L.

Tél. 0825 001 040

Sites : [www.coachingintuition.com](http://www.coachingintuition.com) et [www.unionformation.com](http://www.unionformation.com)