



Le coaching, l'art de la réussite dans l'action

Au cours de cette dernière décennie est né le premier métier qui aide la personne à mieux vivre grâce à une méthode d'investigation et de traitement psychologique. Ce fut « la psychanalyse » fondée par FREUD. A l'origine, cette discipline était destinée uniquement aux « malades » atteints de pathologies mentales.

Grâce à l'évolution sociale et humaine, une déclinaison très variée d'accompagnement de la personne est arrivée, cette fois axée sur le mieux vivre, le mieux-être... Il s'agit des thérapeutes tels que psychothérapeute, sophrologue, kinésologue... Ces méthodes d'accompagnement et de connaissance de soi sont accessibles à environ 10 % de la population : au public dit new-âge, aux intellectuels et à une classe sociale aisée. A ce jour ces méthodes sont jugées et non acceptées par le monde de l'entreprise.

Comme tout est « bien fait » sur cette Terre un nouveau métier (venu des USA) est arrivé par l'entreprise, plus particulièrement pour aider les cadres managers. Il est apparu en France il y a quelques années avec une très belle image : le Coaching de 1^{er} génération (et oui ! au premier degré avoir un coach c'est comme avoir un avocat, cela « fait bien »).

Le terme de Coaching, surtout pour nous, français, est un peu « barbare », je vais donc oser vous en exprimer le sens profond pour en faciliter la compréhension.

« To coach » signifie en anglais entraîner, guider, et vient de la racine française « cocher » qui était l'homme accompagnant avec (sa) diligence ses clients à destination, ce qui commence à expliquer au moins dans sa symbolique, un peu mieux ce métier.

Maintenant passons à sa définition « dictionnariste » : le Coaching s'adresse à une personne, une équipe ou une entreprise pour lui apporter le soutien dont elle a besoin, à la fois sur le plan personnel, familial ou professionnel, afin qu'elle entreprenne les actions nécessaires pour réaliser sa vision, ses objectifs ou ses désirs. Avec un peu plus de profondeur : le Coaching éveille la personne vers une prise de conscience dans tous les domaines de sa vie « du faire » il apporte de nouveaux angles de vision en respectant éthiquement et écologiquement la personne.

Je parle de nouveau métier, mais comme nous le savons, tout est cyclique et l'art dans la philosophie de Socrate était déjà du Coaching : « c'était de faire accoucher la personne, de faire découvrir à l'autre par une série de questions, les vérités qu'il porte en lui ».

Ce métier a été très bien étudié, puisqu'il peut répondre à 100 % de la population, dans tous les domaines du changement complexe et rapide de notre ère, à la fois en respectant éthiquement la personne dans toute sa profondeur et surtout en l'amenant à changer concrètement sa réalité (dans la matière) en rapport avec ce qu'elle EST.

« Le Coaching est l'art de la réussite dans l'action »

Pourquoi un tel engouement pour ce métier?

• Dans le secteur tertiaire : parce qu'il vient du monde de l'entreprise, donc accepté. Parce qu'il apporte des solutions réelles, concrètes, palpables aux problèmes et en tenant compte non seulement de la personne, de sa dimension humaine (ses émotions, ses idées, son corps, son ressenti... elle-même) mais aussi de l'interprétation des différents milieux où elle vit (familial, personnel, professionnel) ce qui est une grande première pour l'entreprise.

Il faut dire que nous sommes arrivées en l'an 2000 au dernier niveau de la pyramide des besoins de MALSOW, l'accomplissement de soi.

En effet aujourd'hui avoir un poste et un salaire ne nous suffit plus, nous voulons être respectés, nous réaliser, sortir notre créativité. L'entreprise s'en est rendu compte et en a grandement besoin afin de mieux répondre d'une part au mal être, au stress, au mauvais fonctionnement et d'autre part à l'ouverture des marchés et à sa rapidité d'innovation.

• Dans le monde du particulier et du public new-âge : parce que le Coaching réunit toutes les méthodes, les outils qui

existent depuis plus de cent ans dans le développement personnel (PNL, AT, systémique, symbolique, relaxation, visualisation, dessin, jeux de rôles, imaginaire, métaphore, corps, mouvement, écoute, intuition, etc.), parce qu'il est rapide (en temps de travail), une séance dure 1 H à 1H30 et il faut seulement 6 à 12 séances pour atteindre son objectif, car un coach sait écouter, s'adapter, conduire, suivre le changement de la personne jusqu'à sa réalisation complète dans sa vie.

Le Coaching est, en fait, le métier de développement personnel du 3^{ème} millénaire accessible à tous. Il aide non seulement à mieux se comprendre, au mieux-être, mais aussi et surtout à l'incarner dans notre réalité entière.