

GROUPES DE PAROLE CONFÉRENCES

Se sentir victime, vouloir comprendre, vouloir mieux se connaître, mieux appréhender une situation, y apporter des solutions... Ce qu'engendre une prise de conscience est parfois long, douloureux. Et, surtout, c'est un chemin qui ne peut se faire seul(e).

Le coaching est une démarche d'accompagnement qui s'exerce à la demande d'un particulier.

Son but est de permettre un changement rapide .

Le coaching, c'est l'art de faire trouver une solution à une personne par un questionnement. Typiquement, la maïeutique (de Socrate) répond à ce critère. La maïeutique est l'outil du coach, le seul qui lui donne sa légitimité de coach. Les autres techniques surtout annoncées ostensiblement sont des pseudos arguments. On retrouve généralement ses caractéristiques dans les discours ou les annonces de personne qui ont besoin de se légitimer comme coach et qui sur ce dernier point, ne sont généralement pas formées au coaching.

Un coach est un professionnel du métier de l'accompagnement du changement. Il a une expérience professionnelle dans la relation d'aide. Il a suivi une formation spécifique précise, a reçu un enseignement théorique solide ; il a entrepris un travail sur lui et s'engage pour la suite à une supervision régulière.

Le coaching se conjugue au présent et au futur.

Le coach n'investigue pas dans le passé, le coach est sur le « comment », pas sur le « pourquoi ».

Le psychologue travaille sur de la souffrance, le coach sur des difficultés.

Pour autant, l'objectif du coaching est d'apporter une aide afin de trouver des solutions pertinentes, efficaces et concrètes. Il s'agit d'aller de l'avant, de sortir définitivement de toute relation d'emprise, et se reconstruire avec des objectifs clairement déterminés. Ce n'est donc ni un suivi thérapeutique, ni psychologique.

Comme son nom l'indique en anglais, le coach est celui qui guide, qui ouvre la voie/voix. Il accompagne de son expertise le client vers son objectif en produisant de la sécurité (le cadre qu'il pose à la relation), du savoir-faire (il sait comment conduire, c'est son métier), il éclaire la route du coaché en l'interrogeant sur ses doutes, ses certitudes, son potentiel, ses peurs.