

Les Echos

07/07/2011 | **Guillaume Quintin** | **Social RH**

Le coaching c'est pour qui ?

Le Coaching c'est pour qui ? "Tout le monde ! Facile !!!", me direz-vous... Et bien, oui !

Qui, ici, n'a jamais eu l'occasion de demander à un ami, un proche, de l'aider à y voir clair afin de faire un choix, prendre une décision ?

Le principe du Coaching consiste à accompagner quelqu'un vers l'atteinte d'un objectif, à travers l'analyse concrète de celui-ci, et par la mise en œuvre d'un plan d'action(s) (je simplifie!)

Le cadre du Coaching, par l'Écoute, la BienVeillance, et le Non-Jugement, et une totale Confidentialité va permettre à la parole de se libérer.

Par le fait, le Coach pourra accompagner son Client, sans a priori, sans parti pris, dans la voie la plus adéquate, la plus efficace, la plus directe, vers son But.

Il s'adresse donc par nature à tout le monde, en tout cas, tous peuvent y recourir quand il s'agit de faire face à une situation dont on veut maximiser les chances d'en sortir "vite et bien".

Les situations traitées sont extrêmement variées. Qu'il s'agisse de Coaching de Vie (Life Coaching), ou de Coaching Professionnel, comme dit la pub "Il n'y a pas d'heure...".

Qui fait appel à un Coach ? Le Sportif, le Dirigeant, le Cadre "Sup" (et de plus en plus les "Mid Managers") y compris dans la Fonction Publique, mais aussi, les Professions Libérales, les Hommes Politiques, les Artistes (Acteurs, Chanteurs,...).

Le Coaching Professionnel (qui s'exerce dans le champ du "Travail") permet de dénouer des problématiques liées à l'efficacité, la performance, l'organisation... Prise de nouvelles fonctions, conflit au sein d'une équipe (ou avec l'actionnaire), tension sociales, gestion de la croissance, départ d'un collaborateur "clé", gestion de ses émotions sont autant de situations

pertinentes de recours au Coaching.

Les Particuliers sont également concernés... Et quelque soit leur âge, ou presque. Le Coaching d'Adolescent est une forme d'accompagnement qui se développe beaucoup en ce moment. Les adultes sont également concernés: crise conjugale, re-positionnement professionnel, départ à la retraite, crise de la "quarantaine", naissance d'un premier enfant, tous ces évènements, et bien d'autres, sont potentiellement des champs d'application du Coaching de Vie. Qu'il soit "pro" ou "perso", le Coaching est un travail sur Soi, avec Soi et pour Soi. En cela, il permet de se reconnecter à qui l'on est, mieux comprendre son propre fonctionnement, identifier et utiliser ses ressources, et, quel que soit le cadre dans lequel il s'exerce, gagner en confiance et améliorer sa relations à Soi et aux Autres. Essayez!

Guillaume Quintin