

Des Dieux et des Coaches

"Coach Québec", Septembre 2006

par Roselyne Giguère (Directrice de MOZAIK Québec)

Je prends le risque de réfléchir avec vous sur un sujet qui me préoccupe. Peut-être quelques-uns d'entre vous trouveront-ils dans mes propos un écho à leur propre réflexion et qu'ensemble nous pourrions la pousser plus loin.

Au Québec, la tendance qui amène à idéaliser le coach me questionne. Un peu comme si le coach était un être parfaitement réalisé qui choisit d'accompagner d'autres personnes dans la réalisation de leurs rêves. Ce coach idéal est en paix avec lui-même, il a résolu ses conflits intérieurs, il est constamment dans "le flow". En tant que coach, je trouve plus prudent de garder en vue les besoins auxquels le coaching répond dans ma vie : le besoin de contribuer au monde auquel j'appartiens, le besoin de me réaliser professionnellement et le besoin de gagner ma vie en m'appuyant sur mes valeurs et mon bagage de connaissances et d'expériences. Le coaching m'apporte donc autant qu'il apporte à mes clients. Je trouve également important de distinguer ce rôle professionnel des autres rôles que je joue dans ma vie : je suis aussi une conjointe, une mère, une amie. Et dans ces relations bien différentes de mes relations professionnelles, je ne suis pas coach. Bien qu'inspirée par l'esprit du coaching, je tente simplement, et parfois plus difficilement, d'être de plus en plus moi-même, en marche sur mon chemin de vie tout comme le sont les clients qui m'accordent leur confiance.

Il est vrai que la qualité du coach et de la relation de confiance qu'il peut développer avec son client fait une grande différence dans les résultats atteints en coaching : la personne qu'est le coach importe. Il a un impact positif dans la vie de ses clients et influence donc indirectement les changements qu'ils implantent et, en bout de piste, l'évolution de LA PLANÈTE : appelons ça "l'effet papillon".

C'est très valorisant : le coaching peut répondre également à un besoin de valorisation chez le coach ! Il y a un risque de se percevoir comme un être réalisé plutôt qu'en pleine évolution. Les choses étant bien faites par ailleurs, puisqu'il n'y a pas de risques sans opportunités de

développement, de récentes découvertes scientifiques permettent au coach de "ne pas se prendre pour un dieu" : c'est définitivement "plus léger" de se percevoir comme un papillon !

En effet, les scientifiques(1) découvrent actuellement que le "processus même utilisé en coaching" est puissant et explique en partie pourquoi le coaching est un mode d'accompagnement qui a de l'impact : il développerait de nouveaux liens dans le cerveau. De façon simple, le fait de porter son attention de façon répétée sur un thème précis, d'y réfléchir, de faire des prises de conscience et de passer à l'action développe de nouveaux chemins ou imprime une "nouvelle carte" dans le cerveau. Ce "nouveau" devient peu à peu connu et intégré : le client a changé quelque chose de significatif dans sa vie et c'est intégré.

Puisque le coach utilise un processus puissant, il a un devoir de vigilance : certaines questions incontournables se posent, les principales étant :

- Qui vérifie la qualité et le professionnalisme de mon travail ? Ai-je un lieu de supervision pour exposer et questionner mes interventions ?
- Quelles conditions je me donne pour explorer mes propres croyances limitantes, mes questionnements...d'humain ? Suis-je moi aussi, bien humblement, sur un chemin d'évolution ?

Je comprends très bien notre désir de "devenir" le coach parfait, pleinement réalisé. C'est, je crois, la grande quête des humains. Les mythes regorgent de héros invincibles : laissons-les jouer leur rôle !

Soyons des coaches en Devenir !

(1) Tiré d'un article de David Rock, intitulé " A Brain-Based Approach to Coaching" paru dans International Journal of Coaching in Organization (IJCO), may 2006