

Objectifs

Accompagner une personne, à sa demande, dans son développement et sa courbe d'apprentissage. Il s'agit de lui permettre de prendre du recul par rapport à son quotidien opérationnel, de définir/tester ses axes de changement et si nécessaire de s'approprier une démarche et de nouveaux outils. Il ne s'agit pas de le faire à sa place.

► Rôle du Coach

- » comme accompagnateur, il aide son interlocuteur à clarifier sa réflexion, à prendre le recul nécessaire, à acquérir de nouvelles façons de voir et de réagir
- » comme facilitateur, il amène la personne à clarifier sa vision, découvrir et lever les freins et les obstacles qui l'empêchent d'avancer d'une manière optimale
- » en toutes circonstances, le coach fait en sorte que l'action de coaching ne crée pas une situation de dépendance, et guide son client vers plus d'autonomie

► Durée

Pour qu'une session de coaching individuel atteigne un maximum d'efficacité, il faut compter 5 à 10 séances de 3 heures.

Le processus se réalise habituellement sur une durée de 4 à 7 mois, de manière à permettre au coaché une mise en pratique et une évolution professionnelle.

► La confidentialité

Le coach s'engage à respecter une totale confidentialité sur toutes les informations échangées pendant les séances.

► Fonctionnement

- » des séances de 3 heures en face à face, fixées à l'avance sur un sujet opérationnel au choix de la personne concernée
- » les objectifs de travail sont reprécisés en chaque début de séance

► La demande

Le coaching n'est possible que si le coaché est lui-même demandeur.

La première séance a pour but de définir précisément à quel besoin l'accompagnement doit répondre, et les modalités pratiques d'organisation.

A tout moment le coach et le coaché peuvent revoir le programme initial et l'ajuster.

► Le changement

Le processus de changement suit 4 étapes

1. Prise de conscience de ce que je veux ou dois changer
2. Objectif que je veux atteindre (vérifiable/mesurable)
3. Mesure de ce qu'il manque ou que je dois acquérir pour atteindre cet objectif
4. Options et actions