

Coaching : entre l'utilité et la mode

La mode est aux coachs. Et c'est vrai, ils peuvent être utiles à la progression d'une carrière professionnelle. Mais sauriez-vous choisir entre le bon coach et le mauvais ?

Le *coaching* est perçu par beaucoup de cadres comme le nec plus ultra du développement professionnel et de la performance. Pour d'autres, le phénomène du *coaching* est davantage un phénomène de mode. Chose certaine, il traduit la complexification du monde du travail. Pour certains, le recours à des entraîneurs particuliers apparaît indispensable, et ce, dans différentes sphères de leur vie : pour gérer sa carrière (le *coaching* d'affaires), sa vie personnelle (le *coaching* de vie), son entreprise (le *coaching* corporatif), et améliorer ses performances sportives (le *coaching* sportif) ou encore élever ses enfants (le *coaching* familial). Mais comment s'y retrouver ?

Le métier de coach d'affaires est apparu récemment. Et comme il suscite beaucoup d'intérêt et d'engouement chez de nombreux professionnels, on trouve naturellement des charlatans prêts à profiter de la vague. La profession est encore très peu encadrée. C'est pourquoi les personnes à la recherche d'un coach doivent voir à qui ils ont affaire. D'abord, sachez qu'un coach n'est pas un thérapeute, ni un mentor, ni un parrain (qui, eux, partagent leurs connaissances et leur expérience). Et encore moins un guide spirituel.

Jean-Pierre Fortin, qui travaille beaucoup au développement de la profession au Québec, compare le coach professionnel à l'entraîneur d'un athlète ou à l'impresario d'un artiste. L'analogie me plaît bien, parce que le meilleur entraîneur au monde ne peut aider un athlète à se rendre aux Jeux olympiques si ce dernier ne s'entraîne pas intensivement – même s'il a du talent. Il ne faut donc pas oublier que le coach ne travaille pas à votre place. Il peut vous aider à définir des objectifs, vous suggérer des stratégies pour les atteindre, mais c'est à vous d'investir l'énergie nécessaire pour les atteindre. Un bon coach doit vous stimuler et vous mettre au défi de vous dépasser. Autrement dit, il doit vous sortir de votre zone de confort et vous obliger à concentrer vos efforts.

Comme la formation, le *coaching* est un processus d'apprentissage. Mais, à la différence de la formation, il est hautement personnalisé et très axé sur les résultats. Il vous permet de développer vos talents et d'améliorer votre efficacité professionnelle en travaillant sur l'acquisition de compétences clairement définies. Un peu comme si vous aviez eu pour vous tout seul le meilleur professeur de votre université pendant une année. Imaginez les résultats que vous auriez obtenus aux examens de fin de session... Il est d'ailleurs reconnu que le taux de rétention lors d'une séance de *coaching* est de l'ordre de 88 %, comparativement à 22 % dans une salle de formation...

Pourtant, ne demandez pas à un coach ses pourcentages de réussite ou vos chances de succès ; le coach averti vous

répondra que cela ne dépend que de vous. Ne lui demandez pas si vous allez avoir votre promotion ; il vous répondra qu'il ne sait pas lire dans les boules de cristal.

Mais demandez-lui de vous aider à améliorer vos communications à l'interne, de développer votre sens politique ou votre capacité à négocier, de stabiliser votre situation financière, de réorienter votre carrière ou encore de renforcer votre leadership et là, il mettra à votre service son expérience et ses connaissances, et pourra se révéler un excellent partenaire.

Pour vous aider à choisir le bon coach, voici des suggestions :
 ■ Choisissez un coach expérimenté. Être coach ne s'improvise pas. Il existe d'ailleurs une reconnaissance professionnelle des titres de compétence de coach certifié (ICF), de coach exécutif certifié (WABC) et de Certified Executive Coach (CEC), ainsi qu'une fédération professionnelle du coaching (www.coachfederation.org) et une association internationale des coachs (Worldwide Association of Business Coaches).

■ Évaluez ses capacités d'écoute, son éthique et sa passion pour le succès d'autrui, ainsi que sa capacité à comprendre votre situation personnelle et professionnelle. Il doit vous inspirer confiance.

■ Un coach doit vous suivre régulièrement, vous encourager et vous donner des outils et des stratégies.

■ Prévoyez un budget et un calendrier d'intervention.

■ Soyez prêt à vous investir à fond dans la réalisation de vos objectifs.

Personnellement, je m'interroge parfois sur cette nouvelle forme de consultation personnalisée.

Sans doute parce qu'elle est encore peu encadrée. Restez vigilant. +

Présidente de Venatus Conseil
 (www.venatus.com)

