

«Être coaché pour s'épanouir et performer»

Présidente de l'International Coach Federation (ICF) en Suisse, Nathalie Ducrot, MCC, détaille l'importance du coaching dans une société toujours plus complexe. Avec une offre qui ne cesse de se développer, la profession et ses objectifs s'avèrent parfois mal compris. Clarifications.

Par Thomas Pfefferlé

Le marché du coaching semble aujourd'hui exploser. Avec des instituts et coachs dont les formations et le niveau de compétences peuvent fortement varier, il est important de pouvoir distinguer les associations professionnelles fiables. Reconnue sur la scène internationale pour la qualité et l'exigence de ses accréditations, l'ICF constitue la colonne vertébrale de la profession. Interview avec Nathalie Ducrot, Maître Coach Certifié et Présidente de l'ICF Suisse.

Dans le contexte actuel, force est de constater que le marché du coaching semble s'étendre sans arrêt. On trouve en effet de nombreux instituts et coachs qui proposent des services particulièrement variés. Dans ce climat, comment distinguer les professionnels et identifier le vrai rôle de la profession?

Nathalie Ducrot: Il est vrai qu'aujourd'hui le métier de coach est encore sujet à une certaine confusion. Ce qui s'explique notamment en raison des personnes qui s'autoproclament coach ou des instituts dont le niveau d'exigences s'avère faible. Selon la définition d'ICF, le coach accompagne ses clients vers leur objectif choisi par un processus créatif. La relation et le dialogue engagés visent à stimuler la réflexion ainsi que l'inspiration dans le but d'optimiser leur potentiel personnel et professionnel. Dans ce sens, le coach n'est pas un conseiller, ni un consultant ou encore une psychologue. Sans forcément venir du domaine d'activité de son client, le coach va l'aider dans l'optique de comprendre comment s'améliorer et franchir les étapes clés de son futur désiré.

En quoi peut consister ce parcours créatif?

Une fois qu'une personne a rencontré le coach qui lui convient, une relation de confiance s'instaure et la confidentialité constitue un élément

majeur. Utilisant ses compétences métier, le coach fait preuve d'une excellente qualité d'écoute et de présence tout en étant capable de poser les bonnes questions au bon moment. Ensuite, le processus créatif peut comprendre des techniques d'introspection, de visualisation ou encore de présence à soi telles que la pleine conscience. Au final, on peut distinguer quatre domaines fondamentaux dans le coaching. La relation, l'écoute, le questionnement et, le plus important, le plan d'action. Etabli avec et par le coaché, ce plan doit lui permettre de s'orienter vers ses solutions en définissant et identifiant les actions à mettre en place pour atteindre ses objectifs. Être coaché permet donc de s'épanouir et performer.

Pourquoi fait-on de plus en plus appel à des coachs? Et d'où vient cette discipline?

Qu'il s'agisse de la sphère privée ou professionnelle, le monde et notre rythme de vie ne cessent de se complexifier. Et dans ce contexte, les parcours de chacun ne sont que rarement linéaires et paisibles. Tout le monde est soumis une fois ou l'autre à des turbulences qui, pour les traverser, nécessitent un accompagnement.

Aujourd'hui, on cherche davantage à faire concilier la performance professionnelle avec son propre épanouissement. A la base, on peut rappeler que le coaching vient du sport de haut niveau. Sans se substituer à l'entraîneur, le coach accompagne l'athlète pour le préparer mentalement et lui permettre d'évoluer, de performer au mieux de ses ressources disponibles. Il ne s'agit donc pas de répéter ni d'entraîner le geste, mais bien de travailler sur la gestion du stress et des émotions afin de libérer le meilleur de soi. La démarche s'avère similaire dans le monde professionnel ou la vie privée.

Quel est le rôle de l'ICF et comment fonctionne cette association professionnelle?

ICF est la plus ancienne association professionnelle encadrant la profession de coach qui a commencé à se structurer il y a près de 30 ans aux Etats-Unis. Présente dans plus de 130 pays et comptant quelques 30'000 membres, elle constitue une référence solide reconnue au niveau international. Son fonctionnement est notamment basé sur un code d'éthique que tous les membres connaissent et s'engagent à respecter ainsi que sur des standards

métiers dont les exigences s'avèrent élevées. Être membre d'ICF implique ainsi d'avoir préalablement suivi une formation spécifique de coaching débouchant sur une certification (ACTP) puis d'avoir acquis une certaine pratique. Pour cela, nos trois niveaux d'accréditations (ACC, PCC et MCC) vont de 100 à 2500 heures de pratiques. Ce qui nous permet de garantir un excellent niveau de prestations. Pour les professionnels du coaching, nous agissons également en favorisant et développant le réseautage, notamment par l'intermédiaire de différents événements et salons. En Suisse, nous sommes présents à Berne, Bâle, Zurich, Genève ainsi qu'au Tessin. Et en devenant membre d'ICF, on intègre directement son réseau mondial tout en pouvant s'y impliquer bénévolement.

Comment le coaching est perçu est intégré au sein des entreprises?

On remarque aujourd'hui que le coaching est clairement intégré au sein des grandes entreprises. Il est d'ailleurs de plus en plus fréquent que les professionnels des ressources humaines ou encore les managers se forment aux compétences coaching dans leur travail. Ce qui est bon signe. La prochaine étape consistera certainement à introduire le coaching au sein du système éducatif.

Plus d'informations sur www.coachfederation.ch



**ICF Suisse au Salon RH Genève
Hall 2 (E.03) les 4 et 5 octobre 2017**

«Les bénéfices de la culture coaching en entreprise» ateliers présentés en français par Nathalie Ducrot et en anglais par Francisco Baptista – Membres du Conseil d'Administration ICF.