

# Le coaching, phénomène de mode ou besoin de société ?

Convergences



**Hélène Aubry**  
Fondatrice et directrice  
de IDC, Institut de coaching,  
Genève

■■■ Le coaching, privilège de patron ou un moyen d'être plus heureux dans sa vie privée et professionnelle ? A 30 ans, Isabelle a été pressentie pour un nouvel emploi au sein de son entreprise. Ce poste de responsable produit va amener la jeune femme, designer en horlogerie, à prendre de nouvelles responsabilités et à gérer du personnel

## Un coach, pour quoi faire ?

Charles avait un problème de confiance en sa compétence et craignait de se présenter pour un concours d'avancement de poste. «*En quelques séances, mon coach m'a recentré sur mes ressources en portant mon attention sur ce que j'avais réussi dans le passé, ce qui m'a motivé à me lancer, à croire que j'avais en moi les compétences et les ressources nécessaires pour réussir*». Charles s'est présenté au concours, a réussi et obtenu la promotion désirée.

“ Nous avons tous en nous les ressources nécessaires pour réussir notre vie ”

Le coaching est basé sur un principe simple : nous avons tous en nous les ressources nécessaires pour réussir notre vie. Il arrive cependant que l'accès en soit bloqué. Reprendre contact avec ses ressources est un processus qui peut être simple avec l'aide d'un professionnel entraîné. Le coach ou « entraîneur » va donc accompagner l'autre pour qu'il donne le meilleur de lui-même. L'autre, ce peut être le manager désireux de motiver son équipe, de mieux gérer sa carrière, la cadre qui se trouve en « outplacement » et se pose des questions sur sa capacité à repartir mais aussi toute personne qui recherche l'excellence, ultimement qui désire progresser vers un plus grand accomplissement de soi-même.