

Le coaching outil de développement de l'INTELLIGENCE de VIE

- Publié le 7 mars 2017



Liliane GUILLET



**CONSULTANTE en RECRUTEMENT Membre du Réseau FLORIAN
MANTIONE INSTITUT**

Le défi qui attend les êtres humains des pays dits « développés » dans les années à venir est de développer leurs capacités à assumer leurs responsabilités individuelles. En France, dans le domaine de l'emploi et de la formation, le concept « salarié acteur de son avenir professionnel » est significatif de l'intention et la réalité montre que le but n'est pas atteint.

Les employeurs attendent du salarié que celui-ci soit autonome dans sa fonction et s'adapte à l'évolution de l'entreprise. L'individu en France a aujourd'hui à sa disposition les moyens juridiques et financiers de piloter sa vie comme il le souhaite, de quitter un employeur pour des raisons de divergence de point de vue ou pour réaliser ses ambitions, ses rêves ... Cependant toutes les personnes n'ont pas ce niveau d'information ni la même perception des possibles. Au-delà des moyens, piloter sa vie c'est être capable de se donner des buts, ce qui nécessite de bien se connaître, c'est-à-dire connaître ses besoins profonds, son potentiel, ... c'est ce que le bilan de compétence peut apporter à une personne qui envisage un changement dans sa vie. Cependant, les compétences développées au cours de sa carrière sont loin d'être représentatives de ce que l'individu pourra apporter à une entreprise. C'est pourtant l'approche qu'ont la plupart des employeurs pour s'assurer que les candidats sauront les mettre à disposition de leur entreprise. Nous savons que les compétences ne s'expriment que si l'environnement est propice à leur mise en œuvre. Certains recruteurs éclairés privilégient la recherche de potentiel d'un candidat et l'identification de ses talents. Cependant, nous savons que seul l'individu peut décider d'offrir ses talents à un employeur... à condition qu'il en soit conscient et placé en situation d'acteur.

Nous savons aujourd'hui, grâce aux études en psychologie et sociologie comment il est possible d'influencer un être humain, de le manipuler (menace, incitation), de le contraindre ... il est aussi démontré que toutes ces techniques ne sont pas aussi efficaces qu'une action librement consentie. L'Être Humain est-il libre de ses choix... ? Peu de personnes peuvent

prétendre vivre en pleine liberté de choix. Nous savons que l'Être Humain subit l'influence permanente de son environnement, le jugement des autres, les injonctions de l'employeur et des personnes auxquelles il est lié affectivement, l'omniprésence de la publicité et les médias en général, ... Le champ des contraintes dans lequel il évolue au quotidien (réglementations, lois, impôts,...) sont des règles du jeu qu'il ne comprend pas toujours et il les vit comme des injonctions alors que ces règles ont une histoire et une raison d'être pour lesquelles il ne se représente pas les liens avec sa propre vie.

Depuis le début du 20ème siècle, l'Être Humain a été évalué par son quotient intellectuel QI. Dans les années 90, Daniel Goleman a révélé au public ce qu'il appelle **l'Intelligence Emotionnelle** et il a bien montré que les émotions ressenties par les Humains étaient à la fois notre meilleur moyen de survie et de performance. En nous donnant des informations sur notre état intérieur, nos émotions nous font agir avec immédiateté en devançant le cerveau pensant. L'utilisation des signaux que constituent les émotions contribue aussi à la performance des salariés et en particulier à celles des managers dans leurs activités collaboratives.

Egalement, les chercheurs découvrent aujourd'hui les intelligences multiples des animaux ...

Depuis de nombreuses années, il existe des formations au développement personnel qui permettent de travailler notre écologie personnelle pour faire évoluer nos comportements.

Force est de constater que nombreux sont nos contemporains et en particulier les salariés qui ont le sentiment d'être en écart par rapport à la demande de leur employeur, mais aussi de leur entourage et, ce qui leur cause encore d'avantage de souffrance, par rapport à leurs besoins profonds. Ceci se manifeste pour les personnes par un mal-être dont elles n'arrivent pas à identifier les causes multiples.

Le coaching est aujourd'hui un moyen puissant qui permet à une personne de prendre conscience de ses freins, des croyances et des valeurs qui l'ont construite et dont certaines la limitent dans son évolution à un moment donné de sa vie. Grâce à des questions qu'elle ne sait pas se poser ou qu'elle ne prend pas le temps de se poser, grâce aux situations confrontantes que lui propose le coach, la personne appelée « client » du coach prend conscience de l'origine de ses pensées, du sens de ses comportements, ce qui lui donne les moyens de les changer. En prenant conscience des ressources qu'elle a su mobiliser à un moment donné de sa vie, elle peut élaborer une stratégie pour lui permettre de les remobiliser.

La bienveillance et la présence du coach, son écoute approfondie des « dits » et des « non-dits », son questionnement méthodologique et intuitif, l'environnement confidentiel et éthique dans lequel il est placé invitent le client à **se connecter avec son ÊTRE profond**. Il y découvre des émotions, des valeurs et des croyances et fait des liens qui donnent du sens à son action, ce qui lui procurent une satisfaction et un bien être qui lui donnent l'énergie d'avancer.

Les vieilles personnes autrefois qualifiées de « sages » sont les personnes qui au terme de leur vie ont compris leur rôle sur cette terre et agissent dans la sérénité. J'ai compris moi-même à 57 ans qu'il me faudrait bien toute ma vie pour comprendre vraiment qui je suis et quels rôles je veux jouer dans la société humaine.

Dans notre société actuelle, la rapidité des changements environnementaux que nous subissons, nous imposent des temps d'adaptation contraints incompatibles avec les capacités d'un Être Humain non entraîné. Le coaching est actuellement un moyen efficace mis à

disposition de l'Être Humain pour se réaligner dans les périodes de tensions extrêmes et retrouver un équilibre de vie.

A l'heure où les pouvoirs publics parlent de l'exercice physique comme moyen de prévention pour la santé des citoyens, parlons du coaching comme **moyen de prévention de la rupture de l'EQUILIBRE de VIE des ÊTRES HUMAINS.**

Nous ne sommes pas au bout des découvertes de toutes les formes d'intelligence des êtres vivants. Ce qui est clair, c'est que l'être humain doit aujourd'hui **développer son INTELLIGENCE de VIE.** Ce que j'appelle intuitivement intelligence de vie, serait constitué des connaissances qui nous permettent de **piloter notre vie en harmonie avec nous-mêmes et avec les autres.** Le coaching est un moyen pour nous y aider.

La communauté des coachs, grâce à l'énergie et à l'éthique des pionniers, a développé son professionnalisme qui est maintenant reconnu par des certifications nationales et internationales.

Ses membres, chaque année plus nombreux, s'organisent pour soutenir et accompagner les personnes placées devant les défis du 21ème siècle. Au même titre que le bilan de compétences reconnu pour élaborer un projet professionnel, le **coaching devrait être proposé à tous pour accompagner les transitions de vie.**

J'ajoute que la révolution numérique nous donnant de nouveaux moyens de communication qui évitent les déplacements, peut contribuer à rendre le coaching accessible à un plus grand nombre de personnes.

Liliane Guillet

Consultante, formatrice et coach en recrutement et évolution professionnelle.

Remerciements à Isabelle Pot, Présidente Antenne ICF Rhône-Alpes Auvergne, Véronique Rostas, Coordinatrice ICF Pôle Isère, Judith Sitruck et Philippe Leang coachs professionnels pour leur relecture et leurs contributions.