

Est-ce que le coaching est utile ?

Vous pensez vous tourner vers le coaching et faire appel à un coach afin de répondre à une problématique ?
Alors ceci va vous intéresser.



UN PEU D'HUMOUR...

Je pense à cette histoire humoristique d'un type éméché qui cherche ses clés de voiture la nuit et qui illustre parfaitement l'utilité d'un coach.

Vous la connaissez ?

Non ?



L'HISTOIRE :

Ok, alors c'est l'histoire d'un type, un peu ivre qui cherche ses clés de voiture sur un parking pour rentrer chez lui...

Ce qui n'est évidemment pas très conseillé bien évidemment lorsqu'on est dans cet état d'ébriété, mais l'histoire ne tient pas compte de la sécurité routière.

Alors ce gars cherche ses clés, accroupi sous un lampadaire, lorsqu'un collègue, qui fréquentait visiblement le même bar, arrive sur le parking ... Celui-ci lui demande :

"Mais qu'est-ce que tu fais ?"



"Je cherche mes clés de voiture que j'ai fait tomber et que je ne retrouve pas..."

"eh bien, écoute, je vais te filer un coup de main ... "

Et voilà nos 2 protagonistes en train de chercher les clés, accroupis sur le goudron.

Sur ce, un 3ème collègue, du même bar et lui aussi ayant abusé de vodka, arrive sur les lieux.

"Mais qu'est-ce que vous faites ? "

"Eh bien je l'aide à chercher ses clés, il les a perdues"

"Ne bougez pas, je vais les trouver, moi !!"

Le voilà, agenouillé avec ses 2 compères en train de chercher les clés à la lumière du lampadaire... Visiblement tous garés sur le même parking, ils seront bientôt, comme ça, une dizaine à chercher les clés perdues, tous à genoux sous le lampadaire ... Imaginez la scène !!

LA SUITE

Un autre type se pointe, mais lui vient de son appartement et il est sobre. Il sort juste son chien qui doit faire ses besoins et voit cet attroupement. Il se rapproche et demande ce qui se passe.

“Il a perdu ses clés de voiture, donc on l’aide à les chercher”

Un peu surpris, il répond :

“Mais vous êtes sûr que vous les avez perdues là ?”

Et le premier, propriétaire de ces fameuses clés de rétorquer :

“Non, mais il n’y a qu’à cet endroit qu’il y a de la lumière ...”

No comment...



LES MAUVAISES HABITUDES

C’est souvent ce qui se passe lorsqu’on est devant un problème. On cherche là où il y a de la lumière. On creuse ce que l’on connaît déjà. On fait un peu plus ou un peu mieux ce que l’on fait déjà, sans réelle évolution, sans changement fondamental. On ressort toujours en général le même plat et on s’entête à refaire toujours de la même chose, avec les mêmes comportements, les mêmes attitudes et les mêmes réactions.

Les entraîneurs ont tendance à programmer encore plus d’entraînements lorsque leur équipe joue mal, ils diront que ça manque d’automatisme ou que le système n’est pas compris.

Les chefs d'entreprise réfléchissent encore un peu plus à leur problématique ou virent des gens pour les remplacer et qui provoquent à leur tour d'autres problèmes...

Alors ces entraîneurs ou ces chefs d'entreprise vont aller voir ailleurs comment cela se passe et verront leur confrère faire la même chose et lors de certains échanges qu'ils peuvent avoir, ils vont tous s'enfermer dans leur vision, c'est à dire qu'il n'y a pas d'autres solutions...

A une autre échelle, on créera des nouvelles mesures fiscales, de nouvelles taxes pour réduire des déficits budgétaires ...

Tout comme nos 10 gars qui cherchent à la lumière car il n'y a qu'à cet endroit que c'est éclairé.

Ce n'est pas une tare, c'est le propre du fonctionnement humain.

Je prends l'exemple de chefs d'entreprise et d'entraîneurs mais nous sommes tous dans le même cas de figure, chacun dans son contexte de vie.



On aura tous tendance à se référer à nos modèles, nos connaissances et à rester dans nos schémas qui, paradoxalement, nous sont utiles pour automatiser nos comportements et avoir une réponse contextuelle beaucoup plus rapide, ce que nous demande aujourd'hui notre société.

C'est un système utile qui a ses limites et c'est de ses limites qu'il faudra sortir parfois pour trouver les réponses à nos problématiques.

Un schéma de pensée pourra s'avérer à un moment obsolète et périmé, ça ne fonctionnera plus et on aura tendance à le renforcer plutôt que d'essayer de s'en libérer.

Le fondement d'une croyance est d'être vérifiée et confirmée, ce qui rend presque impossible de changer de mode de référence sans aide.

CE QUE LE COACHING APPORTE

Le coaching facilitera cet effort, lorsque nécessaire, en apportant un angle de vue un peu plus important afin de fédérer un plus grand nombre de ressources tout en développant votre système psychologique.

Les bénéfices sont conséquents, outre le fait d'atteindre ce que vous vous êtes fixés, vous aurez une vision plus large de votre fonctionnement et vous pourrez modifier vos comportements afin d'avoir une réponse adaptée à la situation.

En conclusion, avec plus de confiance, fort de vos expériences réussies, vous pourrez envisager des projets plus ambitieux et imaginer une vie comblée de vos aspirations.



ALORS, TOUJOURS PAS UTILE ?