



29/08/2008

10 minutes d'écoute active et de présence du coach vous fournissent assez de réflexion pour des étapes d'action.

« Le coaching c'est la liberté de faire des choix éclairés » JPB

Avant

Pour être efficace c'est soi-même qu'il faut savoir changer.
Prenez une profonde respiration, marchez, et centrez-vous.
Change en toi ce que tu veux voir changer autour de toi.
Le langage informel du coaché nous révèle souvent tant de secrets.
Soyez-y attentif, observez tout, même ce que vous ne voyez pas.
Suivez votre intuition. Rappelez-vous : Que nous ne sommes pas nos comportements, et combien l'environnement influence non seulement ce que nous faisons, mais également ce que nous sommes.

Pendant

- ♫ Bâtir la confiance, l'intimité et demeurer respectueux. (A chaque séance)
- ♫ Définir un cadre de travail clair et précis. (contrat à chaque session)
- ♫ Définir l'objectif, clarifier et « Chunker » casser en petits morceaux.
- ♫ Définir les indicateurs d'atteinte d'objectifs. (R.O.I ou I.A.O.)
- ♫ Valider la compréhension et clarté mutuelles en rapport de ce qui est dit.
- ♫ Faire des distinctions entre les mots, le digital, et l'analogie.
- ♫ Apprécier ce qui se passe, et ce qui se dit ici et maintenant.
- ♫ Etre « l'idiot du village » questionner, accueillir, et s'émerveiller.
- ♫ Noir ou blanc voyager dans les nuances.
- ♫ Aller avec ce que dit le coaché et son propre paradigme.
- ♫ Prendre des risques (explorer l'inexploré sans connaître les réponses).
- ♫ Compter jusqu'à 20 vous aurez une réponse.
- ♫ Se concentrer sur ce qui est important pour le coaché.
- ♫ Poser de bonnes questions, éviter les longs discours.
- ♫ Créer des opportunités d'apprentissage, du sens et faite des liens,
- ♫ Valoriser l'espoir et la confiance de ce qui a déjà été accomplis.
- ♫ Regarder, sentir, réaliser la différence.
- ♫ Le futur d'hier est le passé de demain, « aller de l'avant ».
- ♫ Que manque t-il pour réussir ?
- ♫ Se concentrer sur les prochaines étapes.
- ♫ Le coaché fait de grands efforts, et son coach le supporte.
- ♫ Définir un plan d'action (et sous étapes le cas échéant)
- ♫ Considérer les conséquences d'avoir atteint son but.

Après

Selon Albert Bandura 2002 : Le sentiment d'auto-efficacité correspond à la perception selon laquelle nous pouvons mettre en œuvre une suite d'action pour arriver à un but donné.

Faire pleinement confiance à son coaché dans sa capacité d'autodiscipline et de réalisation.

La performance est le résultat d'un ensemble d'efforts. Ces efforts consistent à faire les bonnes choses, de la bonne façon, rapidement, au bon moment, au moindre coût, pour produire les bons résultats répondant aux besoins des clients, leur donner satisfaction et atteindre les objectifs fixés.

Bon coaching.

Jean-Pierre Bekier PCC