

Journal de l'Académie

Un bulletin pour les membres de l'Académie du Coaching

Éditorial

As-tu ton coach?



Nadine Fortin

Editrice

Déjà, 2007 tire à sa fin. Pour moi, ce fut une année passionnante durant laquelle j'ai relevé le défi de prendre la relève de Coaching de gestion. Je vous avoue qu'après m'être imprégnée de « l'entreprise de Jean-Pierre » pendant plusieurs années, l'idée de faire évoluer la compagnie à ma façon m'apparaît parfois étourdissante. Je me suis donc bien entourée et j'ai une excellente équipe, formée presque entièrement de coachs. Jean-Pierre me guide et j'ai bien sûr mon coach personnel. J'ai aussi fait appel à un coach pour faciliter ma relation avec mon fils de six ans et les résultats sont bien au-delà de mes attentes. Merci Ève!

Me faire coacher sur les plans professionnel et personnel me rend meilleure : meilleure leader, meilleure maman, meilleure épouse, meilleure amie et certainement meilleure coach. C'est aussi un moment privilégié qui m'appartient entièrement. Je relaxe dans le présent pour définir mon futur et me donner les moyens d'y arriver. J'ai en plus le privilège de me faire coacher plusieurs fois lors des examens oraux. J'y découvre différents styles, de nouveaux outils et mes prises de conscience me permettent de mieux voir ce qui manque chez mes clients.

Si c'est en coachant que l'on devient coach, il n'y a aucun doute que se faire coacher est un catalyseur essentiel pour être un coach de calibre supérieur. Mes collègues le confirment et c'est pourquoi, lors de notre rencontre annuelle, ils ont proposé un projet qui verra le jour sous peu. Nous allons publier, dans l'accès réservé, une liste des coachs du 2^e cycle qui désirent vous offrir leurs services de coaching. Il sera possible de connaître leur créneau et le site offrira un hyperlien vers leurs notes biographiques. Commencez 2008 du bon pied... avec un coach!



Une mission écrite

Marie-Hélène Risi, coach

marie-helene.risi@investorsgroup.com

Je ne sais pas si Maslow avait lui-même expérimenté la pyramide qu'il avait proposée, mais je ne suis pas convaincue que je l'aurais disposée dans cet ordre. À 31 ans, je suis retournée aux études pour travailler à mon compte, je me suis endettée et j'ai accepté de laisser un bon emploi pour plonger dans le vide (bungee, vous avez dit bungee?). Étrangement, je pense autant à me nourrir qu'à me réaliser... et je ne dors plus beaucoup!

Non, mais c'est vrai! On dirait que de se réaliser, ou du moins, de concrétiser certains buts, devient plus facile lorsque l'on est en déséquilibre, lorsque l'on troque cette fausse sécurité des terrains connus pour suivre notre petite voix. Comme si, à l'autel de la réalisation, il fallait faire un sacrifice. Et ce sacrifice, c'est celui de son ego.

Ce dont je m'aperçois, c'est que nul ne peut accéder au sommet avant d'avoir creusé un trou. D'ailleurs, si vous songez aux échecs que vous avez vécus dans votre vie, vous vous rappelez probablement que par la suite, vous aviez le sentiment de posséder le monde.

Plus rien à perdre, sans peurs et sans reproches.

J'ai finalement trouvé comment fabriquer un plan de match pour ne pas me retrouver à inventer une excuse stupide à la personne qui me questionnera sur ma vie lorsque je serai rendue au crépuscule de celle-ci. Je me suis écrit une mission. Oui, c'est cela. Une mission, comme celle que les entreprises placardent sur leur mur, dans leur salle d'attente ou dans leur département du service à la clientèle. J'ai défini très clairement ce que je voudrais qu'on dise de moi à ma mort.

Depuis que ma mission est écrite, toutes mes décisions s'en trouvent simplifiées. Je connais maintenant, plus que jamais, la raison pour laquelle je me lève et me couche. La raison qui fait que je travaille passionnément en faisant fi de ceux qui croient que je vais me taper un burn-out!

Le travail n'a jamais tué personne. C'est de ne pas travailler en harmonie avec sa petite voix qui tue. C'est d'avoir l'impression de ne pas être au bon endroit au bon moment qui tue.

J'assume aussi l'incompréhension des gens devant ma vie quelque peu « monastique », solitaire et parfois frugale. J'ai cependant trouvé la méditation et le recueillement pour accéder à l'instant jouissif où l'on se dit : « Voilà pourquoi je suis sur Terre. Voilà que je contribue, moi, par mon tout petit savoir, à éclairer quelqu'un d'autre... »

Alors, je cherche encore et toujours à me réaliser, mais ce qui est devenu plus clair, c'est que je sais mieux qui je suis et où je vais... tout en ouvrant la porte à l'imprévisible et aux horizons dont l'avenir est porteur.

La fable des petits poissons rouges



Jean-Luc Pening, coach
jeanluc.pening@yahoo.fr

Les petits poissons rouges sont rouges. C'est faux! Les poissons rouges ne sont pas rouges! Ils ne sont pas rouges du tout! On croit qu'ils sont rouges, mais en vérité, ils ne sont pas rouges.

Si, quand on les observe bien, on a l'impression qu'ils sont rouges, c'est tout simplement parce qu'ils sont... timides! Tellement timides que chaque fois que nous les regardons, ils rougissent, rougissent, rougissent, jusqu'à devenir écarlates! Rouge comme une tomate, rouge comme... comme un poisson rouge!

Vous trouvez ça bizarre? J'aimerais bien vous y voir, moi, si on vous mettait tout nu dans un bocal transparent avec une multitude de gens qui vous regardent! Tout nu sans rien pour vous cacher! Vous aussi vous deviendriez

tout rouge de honte. Rouge comme une tomate, rouge comme un poisson rouge!

Les petits poissons rouges sont comme ça, ils rougissent chaque fois qu'on les voit tout nus. Ils ont beau essayé de se cacher avec leurs toutes petites nageoires transparentes, ça ne sert à rien! Allez vous informer dans tous les magasins, il n'existe pas de maillots de bain pour couvrir les petits poissons timides! C'est dommage. Alors, les petits poissons continuent à rougir de honte chaque fois qu'on les regarde. Les poissons rouges sont si timides!

Alors, s'ils ne sont pas rouges, de quelle couleur sont les petits poissons timides?

De grands scientifiques ont essayé de les observer en cachette, mais sans résultats. Les petits poissons rouges, même le dos tourné, sentent quand ils sont observés et rougissent au moindre coup d'œil. Des professeurs ont essayé de les regarder la nuit. Ils sont arrivés à la conclusion que lorsqu'il fait tout noir, on ne peut rien voir, pas même si le petit poisson est rouge. Des docteurs ont aussi essayé d'étudier les poissons rouges durant leur

sommeil. Rien à faire! Les petits poissons timides ne ferment pas l'œil de la nuit de peur que quelqu'un ne les voie tout nus! Un savant fou a même établi une théorie. Il stipule que si les poissons rouges sont rouges parce qu'ils sont timides, ils devraient donc révéler leur vraie couleur lorsqu'ils sont morts. Alors, le savant fou a assassiné un pauvre petit poisson rouge. Après un examen attentif, celui-ci a déclaré, le rouge au front, que le poisson rouge était tellement timide que même mort, il rougissait encore. Certains grands savants disent que les poissons rouges sont chocolats, d'autres pensent qu'ils sont bleu turquoise. Une théorie asiatique prétend même qu'ils sont jaunes. Des botanistes affirment que les petits pois sont verts... Moi, je crois que les petits poissons timides sont couleur arc-en-ciel, couleur lune, aurore boréale ou sable chaud... Bref, ils sont beaux. Trop beaux pour que les yeux des hommes puissent les voir tels qu'ils sont.

Moralité : Ne vous fiez jamais aux apparences, elles cachent souvent des richesses et des potentiels inexploités. Voilà matière à réflexion pour devenir beaucoup plus coach et beaucoup moins consultant.



Mon cadeau du temps des fêtes



Simon Pagé
spage@coaching.qc.ca

J'ai décidé d'écrire un billet léger au sujet de la compétence 14 présentée par Coaching de gestion : **Exercer du leadership.**

On dirait qu'avec l'approche du temps des fêtes, il y a une recrudescence de cadeaux qui me sont envoyés par mes contacts bien intentionnés. Ces cadeaux, ce sont des alertes de virus et autres « messages officiels » pour me prévenir d'un danger ou d'une levée de fonds quelconque :

« Dans les prochains jours, tu dois être attentif: Ne jamais ouvrir un message qui inclut en annexe un fichier nommé *Invitación* et ce, quelle que soit la personne qui te l'envoie. C'est un virus qui ouvre une torche olympique qui brûle tout le disque dur C de ton ordinateur... »

« Cette petite fille est maintenant âgée de 10 ans. Elle s'appelle Rachel (...). Chaque fois que quelqu'un envoie ce message à un minimum de trois personnes, AOL et ZNET vous verseront 32 cents... »

Sites intéressants au sujet des canulars (Hoax) :

<http://www.hoaxbuster.com/>

<http://www.secuser.com/hoax/index.htm>

<http://www.hoaxkiller.fr/>

Mon préféré : « Notre concurrent principal, Nokia, donne des mobiles gratuits sur son site Internet et nous, Ericsson, voulons résister à leur offre (...). Si vous envoyez ce courriel à 20 amis, vous recevrez le tout dernier Ericsson R320. N'oubliez pas d'envoyer une copie à yxz@ericsson.com... »

Et que penser de toutes les autres seringues infectées au cinéma, vols de voiture à l'aide d'un morceau de papier collé à la vitre arrière, antisudorifiques donnant le cancer et automassages cardiaques de ce monde.

La particularité de tous ces messages, c'est qu'il s'agit ici de *hoax* (canulars). Ils n'ont pour but que de vous faire perdre votre temps, celui de vos contacts et d'engorger le Web. Si l'offre semble trop belle pour être vraie, c'est qu'il s'agit probablement d'une attrape. Si on peut faire un film de la menace présentée, il s'agit probablement d'un autre canular! Arrêtez-vous et pensez-y! Si l'histoire d'Ericsson était

vraie, la compagnie devrait donner 160 000 téléphones à la suite d'un envoi simple de cinq individus à 20 autres (20x20x20x20x20). Méchante campagne de marketing! Laissez faire les « on ne sait jamais! Le petit truc afin de détecter rapidement ces canulars consiste à vérifier si le texte du message vous demande de le retourner à votre liste de contacts. Si c'est le cas, il est certain à 99 % qu'il s'agit d'un canular. Gâtez-vous avec un antivirus fiable et soyez gentil en offrant des sites de canulars à ceux qui vous font parvenir ces alertes.

Joyeux temps des fêtes!

LA TÉLÉ-CONFÉRENCE DU MOIS

Sujet : **Le profil Arc-en-Ciel**

Conférencier: Stéphane Viens

Date : Le jeudi 17 janvier 2008

de 16 à 17 heures (HNE, 22 h, heure de Paris)

En **novembre 2008**,

la conférence internationale annuelle de ICF se tiendra à **Montréal au Québec.**

Plus **d'un millier** de coachs, des gens « *de votre sorte* » comme dirait mon vieil ami Jacques.

L'action se déroule dans votre cour si vous êtes au Québec ou à seulement quelques heures d'avion de l'Europe!

Une chance unique de venir vous ressourcer.

Commencez à vous y préparer avec l'objectif d'y participer.

L'équipe de Coaching de gestion vous souhaite un joyeux temps des fêtes et une nouvelle année à la hauteur de vos aspirations!

Nous sommes fiers de partager avec vous notre passion pour le développement du potentiel humain en offrant des programmes d'entraînement au coaching de niveau supérieur et des services de coaching efficaces orientés sur le développement des individus et la vie équilibrée.

Merci d'être des « leaders pour un monde meilleur »!



inpowr.com

Nathalie Langlois
nat.langlois@videotron.ca

Comme coach, j'aimerais vous parler d'un nouvel outil, présenté au congrès de la FICQ, qui est entièrement gratuit et que vous pouvez utiliser avec vos coachés pour les aider à demeurer en action entre deux séances. C'est également une vitrine idéale pour augmenter votre visibilité et dénicher de nouveaux clients.

Cet outil se nomme inpowr.com et il s'agit d'une nouvelle plateforme Internet de collaboration.

inpowr.com permet à ses utilisateurs

d'évaluer leur bien-être, d'identifier leurs objectifs et d'entrer en action pendant 21 jours. Vos clients peuvent ensuite réévaluer leur bien-être, visualiser leurs progrès et constater que leurs actions ont un réel impact sur leur bien-être. La plateforme étant sociale, les utilisateurs apprennent et donnent des solutions aux membres de la communauté qui partagent ou non les mêmes objectifs.

Échanger avec la communauté vous aussi! Profitez de cette opportunité pour accroître votre visibilité en inscrivant votre profil et

vos talents, pour échanger et pour trouver de nouveaux clients.

Le site est tout nouveau, soyez parmi les premiers à vous y inscrire.

Retrouvez-moi dans la communauté qui sera en ligne début 2008!

Au plaisir d'échanger avec vous.



Perspective d'Alain



Faire de la place...

Alain Thériault, coach
info@alaintheriault.com

Scène de vie de famille.

Vous êtes au début janvier...

Votre salon est une vraie tour de Babelles...

- Chérie, où va-t-on mettre tout ça? Tu crois qu'on pourrait devenir le fournisseur de Toys R Us?
- Alain, il faut faire comprendre aux enfants qu'ils doivent faire de la place, qu'ils comprennent qu'ils doivent se débarrasser de quelques jouets inutilisés pour pouvoir bien profiter des nouveaux...
- Ah! faire de la place...hmm!

Alors, chers collègues, en cette période où l'on reçoit des

cadeaux et des « cossins », pouvez-vous vous débarrasser de quelques items qui encombrant votre existence?

Donner des vêtements pour faire de la place à de nouveaux qui vous font sentir bien?

Recycler de vieux livres ou de vieux magazines pour laisser de la place à ceux qui vous feront évoluer?

Évacuer les idées qui vous sclérosent et les remplacer par une formation qui vous remet en question?

Abandonner les amis qui vous empoisonnent la vie et créer des liens avec des nouveaux qui vous stimuleront?

Faites de la place pour mettre du Mieux dans votre vie. C'est ce que je vous souhaite pour le début 2008, un espace pour recevoir les bontés de l'Univers.

Je vous souhaite de pouvoir vous débarrasser de tout ce qui vous bouffe de l'espace avec autant de facilité que j'ai eue à refile le « cossin » reçu par le beau-frère dans l'échange de cadeaux de l'an dernier. ;-)

Alain anime un blog axé sur le coaching:
<http://alaintheriault.blogspot.com>

Accessible gratuitement, le Journal de l'Académie est un bulletin périodique publié sur Internet à l'intention des participants au Programme d'Entraînement au Coaching Professionnel.

© Les droits de reproduction sont réservés. ISSN – 1715-7846

Dépôt légal : décembre 2007 (BAC et BANQ)

Le genre masculin est utilisé sans discrimination, uniquement dans le but d'alléger le texte.

Éditrice : Nadine Fortin, fortinn@coaching.qc.ca

Rédacteur en chef : Simon Pagé, spage@coaching.qc.ca

Révision linguistique : Nathalie Bourdelais, nbourdelais@coaching.qc.ca

COACHING



DE GESTION INC.

L'ACADÉMIE DU COACHING

Téléphone : (514) 735-9333 ou 1-888-764-3623

Télécopieur : (450) 649-6372

Courriel : info@coaching.qc.ca

Site Internet : www.coaching.qc.ca