



TÉMOIGNAGE coaching de vie

« Chiche ou pas chiche ? »

Ce témoignage raconte la stratégie déployée par un coaché préférant ne pas faire plutôt que de risquer l'imperfection...

Il est entendu que le coach de vie accompagne chacune et chacun dans sa démarche créative avec pour allié le temps nécessaire, de la réflexion, de la prise recul, de l'évaluation des perspectives, et de l'élaboration de réponses et de solutions innovantes. Et quelque fois le délai que se donne le (la) client(e) à concrétiser son projet tend à s'allonger. A beaucoup trop s'allonger...

Sylvain B, 40 ans, se plaisait à étudier sous tous les angles son projet, à le peaufiner tant et si bien que la date fixée pour le réaliser de façon tangible était reportée de semaines en semaines. Résultat, à la question simple en apparence : « *A quand la réalisation effective de votre objectif ?* » Sylvain B. posait une date approximative, d'ailleurs sans cesse repoussée, non sans des arguments recevables. Sylvain B devenait le spécialiste du report !

Aussi, en début d'une séance, alors que Sylvain B. revenait une nouvelle fois sur la possibilité de s'accorder encore et encore un peu plus de temps pour, disait-il, mieux contrôler et maîtriser son projet, je lui posa la question suivante : « *Comment vous pourriez vous y prendre pour mener à bien ce même objectif en seulement trois semaines ?* ».

« *D'abord incrédule, puis agacé, je suis tenté de rejeter cette question que je considère comme du n'importe quoi ! En seulement trois semaines ? Impossible est ma première réponse en réaction. Mon coach reste silencieux. De longues minutes s'écoulaient... Colère, agacement, crainte, panique, je suis assailli d'émotions et de ressentis contradictoires, sans compter la peur, l'irritation et même la rage à devoir faire sans tout contrôler ! J'en veux beaucoup à mon coach de me mettre dans cet état- là. Mon projet doit être exemplaire, irréprochable mais en seulement trois semaines, impensable ! Et il ne se rend pas compte qu'il faut que j'imagine un autre plan d'action, que je sollicite des compétences extérieures, que j'accepte de ne pas tout mesurer, soupeser et maîtriser tout seul ! Cette question balancée par le coach met en exergue mes habituelles stratégies de résistance. Je veux tellement que mon travail soit impeccable que je renonce deux fois sur trois à me lancer, c'est préférable, non ? Et pourtant, piqué au vif mais gagné par l'envie de ne pas rejouer les mêmes scénarii que par le passé, je décide de relever le défi ! En moins de trois semaines, dites-vous ? D'accord, et bien si c'est ça, je suis même capable de l'atteindre en moins de trois semaines votre foutu objectif ! ...* » Alors, dans combien de jours pensez-vous réaliser votre objectif ? ». Crispé, je réponds malgré tout : dans 18 jours, le 5 mai précisément, à l'occasion d'un évènement particulier. Et me voici embarqué dans une stratégie nouvelle qui s'appuie au final sur une économie considérable de précautions et de préalables. Et l'heureuse constatation fut de considérer le résultat. Dix huit jours plus tard, mon objectif est atteint. Avec succès. Je m'en amuse encore aujourd'hui ! ».

COMMENTAIRE du coach de vie

La situation décrite et racontée plus tard par Sylvain B. donne l'impression d'une prise en main par le coach, ou de donner l'image de pousser le client au-delà de sa zone de confort. Je dois dire que j'ai hésité à mettre Sylvain B. au pied du mur. Et un moment donné, il m'est venu la différence de signification entre efficacité et efficience. D'autant plus que Sylvain B. parlait sans cesse de l'un et de l'autre sans faire de réelles distinctions. Alors, je l'ai confronté simplement à ses propos, à ce à quoi il était le plus déterminé : agir avec efficience. Et bien, Sylvain B. prouvez-le ! Ce défi lancé à Sylvain B. cette provocation a fait l'idée d'une bombe, bien au-delà de ce que je pouvais imaginer. Ce fût l'élément déclencheur. Sylvain B. réalise alors son objectif avec succès dans les délais des 18 jours ! Mais, la remarque de Sylvain B. après la réalisation de son objectif a été celle-ci : « Coach, vous avez fait une tentative d'O.P.A. sur mon projet... ». Cette phrase m'a valu une séance chez mon superviseur pour clarifier mon intervention !



Roger DAULIN
Coach de vie
Directeur Ecol'COACH