

« Être avec » — Ici et Maintenant

« Être avec », est une expression étrange. La meilleure manière de l'appréhender est de la comparer au sentiment familier que nous ressentons lorsque nous sommes avec des amis. Une autre situation qui vient à l'esprit est lorsque nous sommes avec une personne hospitalisée. Vous ne pouvez rien faire – en tout cas, vous ne faites pas de diagnostic ni n'écrivez d'ordonnances pour guérir la personne, mais il est important que vous soyez avec cette personne. Vous n'êtes pas juste là assis dans la chambre ; vous vous engagez activement, même sans prononcer de mots. Dans le langage d'écoute que nous utilisons dans le Coaching Co-Actif®, il s'agit de l'écoute au Niveau 2, celle qui est liée à la personne, et de l'écoute au Niveau 3, dans laquelle vous êtes aussi conscient que possible de l'espace qui vous entoure et de tout ce qui s'y trouve, avec une sensibilité accrue pour la personne malade et l'endroit où elle se trouve. « Être actif » implique d'aller de l'avant, d'avoir des choses à faire, de se focaliser sur des possibilités. « Être avec » implique d'explorer le territoire présent, d'aller au plus profond de l'expérience. Tout ce qui se passe est parfait. Sur le moment, rien n'a besoin de changer. En tant que coach, cela signifie que vous êtes extrêmement curieux de ce qui est ici, de ce qui est vrai maintenant, et d'aider le client à en faire l'expérience de plus en plus profondément plutôt que de la fuir ou d'y résister.