

La Géographie du Coach et le Coaching du Moment

Jusqu'à maintenant, votre travail a été focalisé sur la géographie du client. Dans ce cours, nous allons nous concentrer sur la géographie du coach.

Dans le Coaching du Moment, des changements de position corporelle trop fréquents peuvent amener le client à sortir de l'expérience au lieu de l'approfondir. Par contre, pour vous, en tant que coach, il pourrait être bénéfique d'assumer différentes géographies et de voir les questions qui en découlent.

Voici quelques exemples :

- Au lieu de demander au client de fermer les yeux, vous pouvez fermer les vôtres et voir ce qui en découle. Les questions que vous pourriez ainsi poser suite à cette géographie pourraient être :
« Qu'y a-t-il d'obscur en cela » ou « À quoi êtes-vous aveugle »
- Si vous ressentez une tension venant du client ou du coaching, au lieu de changer la géographie du client, essayez d'aller au fond de vous-même et posez des questions à partir de cet endroit.

En tant coach, vous pouvez laisser votre intuition vous guider pour essayer de nouvelles positions corporelles tout en vous demandant si celles-ci permettent au client d'approfondir leur expérience ou de s'en éloigner et simplement d'en parler.

Il est important d'éviter d'utiliser trop de techniques différentes avec vos clients dans le Coaching du Moment. Cela leur permettrait seulement de « faire » du Coaching du Moment plutôt que « d'être » dans leur expérience.

Dans le climat mondial actuel, nous sommes programmés à produire des résultats et à atteindre des objectifs. C'est donc une tendance naturelle pour le coach que de chercher des outils et des techniques fiables, des outils et des techniques qui donneront au coach l'impression de fournir de la valeur et de « faire le travail ». Dans le Coaching du Moment rien ne peut cependant remplacer le fait d'être totalement présent avec votre client de manière ouverte, ce qui laisse de l'espace et de la curiosité pour leur expérience de l'instant présent... ici et maintenant.

En tant que coach le fait de travailler votre géographie peut aider aussi bien le client que vous-même à approfondir l'apprentissage et promouvoir l'action du client. L'exploration des émotions, les positions du corps, le ton et le débit de la voix peuvent donner au client une vision et une compréhension approfondies.

Dans le Coaching du Moment, la géographie des différentes émotions représente un autre aspect puissant.

- Quelle est la géographie des pleurs ? Il existe différentes sortes de pleurs. Certaines larmes ont le goût de la tristesse, de l'affliction, et d'autres sont l'expression du bonheur ou de l'inspiration. Quelle est la géographie de ces différentes sortes de pleurs ?
- Quelle est la géographie de la colère ? Imaginez que vous êtes coincé dans un embouteillage. Est-ce que cela ne représente pas une certaine géographie ? De même lorsque vous vous sentez trahi ou lorsqu'un client est confronté à la malhonnêteté de quelqu'un d'autre. Que se passe-t-il

quand vous adoptez cette géographie avec votre client Qu'est-ce qui s'ouvre à eux ?

Bien que nous nous focalisions beaucoup sur le corps comme porte d'accès à la géographie, il est important de se souvenir, aussi bien pour le client que pour le coach, que la géographie prend en compte le ton de la voix, le climat intérieur, l'attitude. Nous vous encourageons à utiliser tout cela, et plus encore, lorsque vous explorez l'expérience du moment avec vos clients.