

LES OUTILS DU COACH

La Roue de la Vie

La Roue de la Vie donne un modèle unique pour chaque client. La roue révèle au client l'équilibre qui existe dans sa vie. Le coach utilise cet outil au cours de la Séance Découverte, pendant une séance d'essai ou pour définir la sensation de satisfaction dans la vie du client.

Utilisation de la Roue de la Vie pendant une séance :

1. Expliquez brièvement la roue et sa signification à votre client.

La Roue de la Vie est un outil que les coachs utilisent pour avoir une vue instantanée sur le degré de satisfaction que le client a de sa vie. Il existe huit secteurs sur la roue. Vous pouvez modifier les catégories pour avoir un reflet des différents domaines de votre vie.

Par exemple : le client peut choisir de diviser la catégorie « Famille et amis » en deux catégories. Le client peut aussi ajouter une catégorie.

2. Demandez au client d'estimer le degré de satisfaction dans chacun des domaines.
 - « Je vais vous demander votre degré de satisfaction dans huit domaines de votre vie. Le zéro indique l'absence de satisfaction et le dix indique la satisfaction la plus élevée. »
3. Après que le client a estimé chaque domaine, demandez-lui de tracer des lignes pour connecter les points et former ainsi une roue à l'intérieur du cercle. Cela donne une vue d'ensemble de l'équilibre de leur vie.
 - « N'oubliez pas qu'il ne s'agit pas d'arriver à dix mais d'avoir un équilibre général. »
 - « Si cette roue était montée sur votre voiture, quelle serait l'expérience du conducteur ? »

Écoutez la réponse de votre client et passez au point 4.

4. Demandez au client : « Sur quel domaine aimeriez-vous être coaché ? ou Dans quel domaine êtes-vous prêt à apporter un changement ? »

Une fois qu'un domaine a été choisi, continuez en posant de bonnes questions afin que le client progresse.

5. Terminez la séance en faisant une requête ou en donnant au client un exercice à faire chez lui.
6. Assurez-vous de responsabiliser votre client : « Qu'allez-vous faire ? Quand ? Comment le saurai-je ? »

