

COACHY

NOTE D'INTENTION : j'ai démarré l'écriture de *Coachy* lors de ma troisième année à l'ENSATT (en 2018), et j'y travaille toujours. Cette pièce est partie de l'élan de creuser la question du coaching d'entreprise, qui me taraudait depuis déjà un certain temps. Après de multiples recherches/tentatives, j'ai voulu écrire comment cette pratique du coaching en entreprise me semble dépolitisante en ce qu'elle tend à responsabiliser un individu plutôt qu'une structure. Le mal-être en entreprise n'est plus un problème inhérent aux conditions de travail de chacun·e, il n'est plus un problème structurel, collectif, il devient un problème à régler individuellement, une responsabilité « affective », « personnelle », qui vient pourtant se superposer aux responsabilités professionnelles de l'employé·e.

Pour répondre à mes propres interrogations sur le sujet, j'ai d'abord décidé d'écrire un personnage de coach en entreprise, Coach Phil, que j'envisageais alors comme le personnage principal de la pièce. Au fil de l'écriture est alors apparue Elvire, jeune-femme en télétravail en plein burn out. Elle a finalement pris l'ascendant sur Coach Phil, et une grande partie de *Coachy* est maintenant écrite de son point de vue. Je vous en laisse découvrir un extrait.

PROLOGUE

Coach Phil. Mais alors, ça, ça, voyez, ça oui, c'est précisément. Parce que moi, oui. Pardonnez-moi de m'éloigner un peu de la question. INITIALE. Mais je crois. Voilà. Je vais y répondre, pas totalement, mais en partie, par cette anecdote. Pas vraiment une anecdote d'ailleurs, le terme est un peu réducteur, on peut parler d'histoire. Hein. Histoire, du grec ancien historia, hein, qui signifiait, voilà, je vous vois me le souffler, vous le savez visiblement, « enquête ». Oui. Cette notion d'enquête est très importante, hein. Mais alors dans une volonté, non pas de complexification des événements, comme on peut l'imaginer, hein. Mais plutôt dans une sorte de, au contraire, de simplification des choses, the simpler the better-

Anne Laborde. Alors, c'est très intéressant ce que vous évoquez là, mais est-ce qu'on peut en revenir à la. Question. INITIALE. Justement. Même si une anecdote est la bienvenue-

Coach Phil. Oui alors. Oui. Alors on va se simplifier la vie. Hein. Ce n'est pas innocemment que je parle de simplification. C'est très important. On a plutôt tendance, vous le savez, je le sais, hein. À complexifier. On est dans une culture de la complexification. On pense trop. Hein. Il y a d'ailleurs. Cette expression très forte que j'aime beaucoup. On dit souvent. Péjorativement. Hein. « Se prendre le chou ». Eh bien le chou, voilà, très belle image, hein, celle du chou. Je vous vois sourire. Voilà. Alors maintenant. C'est un geste très symbolique. Mais vous allez voir qu'il a son importance. Je vais vous demander votre coopération. Vous allez, comme moi, tendre vos paumes vers le ciel. Comme ça. Voilà. Hein. Très bien. Donc, nos paumes vers le ciel. Comme ça. Et là, que se passe-t-il ? À priori rien. Rien d'inhabituel. Rien. D'exTRAordinaire. Hein. C'est juste deux paumes tournées vers le ciel. Maintenant, sur nos paumes, il y a un chou. Imaginez le chou. Posé. Sur. Vos. Paumes. Bien.

Anne Laborde. Pardon, mais-

Coach Phil. N'importe lequel. N'importe quel type de chou, chinoisrougeblanc. Le mien est rouge, mais je vous laisse trouver le vôtre.

Anne Laborde. Non-

Coach Phil. Couleurtrèsimportantelerouge. C'estvousquiêtesencharge. Vos paumes !

Voilà. Bien. Maintenant, débarrassez-vous du chou. Allez-y. Comme vous voulez, par n'importe quel moyen, c'estvousquiêtesencharge, il faut juste que le chou ne soit plus sur vos paumes. Par CONTRE. Gardez vos paumes vers le ciel. Oui. Comment vous sentez-vous ?

Anne Laborde, *rire nerveux*.

Coach Phil. Plus légère, hein! Vos paumes sont plus légères depuis que vous avez jeté le chou. Pourtant, vous le savez, je le sais, il n'y a jamais eu de chou sur vos paumes. Je vous vois rire. Hein. Et c'est vrai que c'est drôle. Ça a même l'air. Trivial. Mais en réalité, c'est fon.da.men.tal. On passe, en.Entreprise. Hein. 85% de notre temps, cen'estpasmoiquilediscsontlessécialistesenneuroscience, à porter des fardeaux qui sont, non seulement inutiles à l'esprit, hein, mais surtout, quatre.vingt.dix.neuf.pour.cent du temps i.ma.gi.naires. Vous vous rendez compte ? Alors aujourd'hui, ce que je vous propose, ce que je propose à nos auditeurs, c'est, non pas de se débarrasser de son chou, hein. C'est un travail compliqué. De longue haleine. Mais ! D'en enlever. Comme ça. D'abord une couche. Voilà. Et puis, tiens ! Aujourd'hui, je vais en enlever une autre ! Couche par couche. Voilà. Petit à petit. Hein. C'est important, POTEQ, hein, d'avoir conscience, voilà. De ses li.mites. Ce.que.je.peux. Alors, VOLEQ, je VEUX, certes, hein. Mais d'abord, POTEQ, ce que je PEUX. Dans la progressiON. Toujours dans l'acceptation de ses. Limites.

Anne Laborde. BON. Oui. Bien. Maintenant. Voilàj'insisteunpeudésoléemaisle-temps. Bon. Sur la question. INI. La question que. Je vais la reformuler pour nos auditeurs (àquijerappellequ'ilspeuventlaisserendirectdescommentairespour toutesquestionslashréaction). Est-ce qu'il existe des méthodes. Concrètes. Pour une meilleure interaction. Une meilleure COMmunication. En entreprise, etsioui. Quelles sont-elles ?

Coach Phil. Ah. Eh bien voyez.

Jen'avaispaspréparéçamaisçamevientd'un coupetjepensequ'ilfautaussisavoir. Recevoir une part d'inattendu.Trèsimportantl'inattenduj'yreviendraiplustard. Les américains. Les américains, ils ont cette phrase, très simple, hein. Élémentaire, pourtant, qui est. Make the BEST. Of every time. Magnifique.

Anne Laborde. D'accord mais-

Coach Phil. Et ça, c'est constitutif du rapport à l'autre. Parce que. Qu'est-ce que ça veut dire. Hein ? Eh bien. Ça veut dire. Plus de passivité. Très important ça. C'est-à-dire que chaque moment. Chaque moment que je vis, chaque moment que je traverse. Eh bien, je le fais. C'est moi qui fais ces moments. Hein. Et alors, comment je les fais ? Au mieux. Make the best. C'est très important, hein. Et ça change tout. C'est-à-dire que si moi, aujourd'hui voilà je suis là, on m'a demandé de venir faire. Faire, hein. Une interview. Eh bien voilà, j'aurais pu me dire « ahnopitiéc'estquoi-cettehistoirej'aimepascesformatsdel'interviewavecuneheureseulementpourexpliquer vingtansdetravail etpuisj'avaisenviedefaireautre chosecettesemaineetpuisjesaispassij'aurail tempsdepréparerça ». Et, et. Et. Hein. La machine après, elle s'arrête plus. On a

tous. Je vous vois sourire. Hein. Fait ça. Voilà. Parce que ça, la complexification dont je parlais tout à l'heure, hein. Mais aussi la négativité. « Je ne m'attendais pas à ça, ça me surprend, donc ça me déplaît. ». Hein. « On a changé mes plans. ». « On envahit mon espace vital. ». Et ça, ça vous bouffe quatre.vingt.dix.pour cent. De votre énergie ! Je sais de quoi je parle il m'a fallu vingt ans pour le comprendre.

Anne Laborde. Et alors-

Coach Phil. ET.

Voilà.

Comment faire pour ne plus SUBIR ? Alors. Comment. Eh bien voilà. On m'a appelé, c'est vous-même je crois, hein, mademoiselle, que j'ai eue au téléphone, on m'a dit « Coach Phil, c'est pour une interview, la semaine prochaine, sur la gestion des conflits en entreprise. ». Est-ce que vous savez ce que j'ai pensé à ce moment là ?

Anne Laborde. Vous me posez vraiment la-

Coach Phil. RIEN. Et là, là on a une solution, hein, qui dépasse toutes les compétences, hein, de PRIse de tête, de RÉflexion, de THÉorisation, hein : je.n'ai.RIEN.pensé. Je n'ai pensé à.RIEN. Et j'ai dit, hein. Vous savez bien ce que j'ai dit parce que je suis là aujourd'hui, j'ai dit. J'ai dit.

Anne Laborde. Vousavezditoui.

Coach Phil. J'ai dit oui. Et ce oui. En le disant. Je l'ai. INtégré. Voilà. Hein. Et l'interview qui aurait pu, comme ça, sans qu'on puisse l'expliquer hein, on ne peut jamais bien l'expliquer, me prendre la tête, m'empêcher de dormir, ou me faire peur, eh bien, je lui ai dit oui, et elle a fait, à partir de mon « oui » hein, elle a fait partie demonquotidien. Je m'en suis emparé. Et je n'ai plus SUBI.

1. SANS FILTRE.

Soir.

Appartement d'Elvire.

Elvire, *masse le crâne. Ça. Ah. Putain de putain.*

« Bip bip bip bip », le micro-onde.

Non non non non non !

Micro-onde, café cramé.

Pu-TAIN !

Coup de pied de colère. Café gicle.

Merde. Merde chier !

Torchon sale, frotte la tâche, jette.

Gorgée.

Arh.

Sucre. Gorgée.

Arh.

Sucre. Gorgée.

Arh.

Sucre ? Téléphone. Sursaut. Plouf.

Non !

Décroche.

Aaaaallô ?

Allô oui !

Allô !

Oui !

Oui !

Oui !

Oui.

Sur la table, hum. Bon alors-

Non écoutez je l'ai-

Non parce que je n'ai-

Merci oui bien sûr je comprends pardon.

Non, non, je comprends pardon.

Je comprends pardon.

Oui !

Oui !

Hum.

Hum.

Huhum.

Le cellulaire que vous lui avez donné j'en conviens seulement-

Bon.

Mais il a pris sur votre temps de partage, bien sûr.

Non mais c'est évident monsieur je vois bien où est le problème.

En quatrième vitesse.

Bon.

Seulement voilà seulement non mais non mais j'en conviens tout à fait monsieur parfaitement.

À l'extrémité même, j'entends.

Oui j'entends pardon.

J'entends bien pardon.

J'entends bien pardon.

Une question de professionnalisme hum. J'ai été proche moi-même de la-

Oui bien sûr évidemment assurément.

Mon siège est excellent.

Mon siège est excellent très confortable monsieur.

Il n'y a rien qui l'explique monsieur.

Il n'y a rien qui l'explique, j'ai été débordée. Débordée voilà, monsieur.

Non.

Non bien sûr que non vous ne me débordez pas monsieur.

Moi seule.

Moi seule, oui.

Je me déborde toute seule monsieur, il s'agit évidemment là d'un problème de gestion-

De mon problème de gestion évidemment. Évidemment. Vous ne-

Oui, vous ne me donnez rien à accomplir que je ne puisse-

Très humain oui monsieur.

Évidemment monsieur.

Tout, demain.

Tout demain, hum.

Avec les pages complémentaires.

Mon siège est très confortable.

De la lumière oui. Oui.

Écoutez, je suis-

Voilà.

Désolée-

Non bien sûr. Non bien sûr. Merci oui.

Merci oui.

Oui, merci.

Merci.

Merci, hum.

Au revoir, hum.

Raccroche. Gorgée.

Arh-arh-arh. Mon bon. Mon bon. Mon bon éthiopien. Bio ! Huuum.

Gorgée. Arh ! Café de m.

Évier, sac à main, cherche, cherche, cherche, cherche. Paquet de clopes. Secoue. Vide.

« Bzzz », l'interphone. Sursaut.

HA

Court.

OUI ?

Jean, *dans l'interphone.* Ajeumeudeu ahneuneumeneumérrou !

Elvire. CINQUIÈME ÉTAGE !

Tiroir commode. Cherche. Cherche, cherche, cherche. Paquet de tabac. Ok. Feuilles. Ok.

Yes !

Filtres ? Cherche. Poches. Cherche, cherche-coups à la porte.

Court.

Ouvre.

Bonsoir !

Jean. Bonsoir madame. Votre commande délibérou.

Elvire. Merci. Merci. ATTENDEZ ! Juste. Je vérifie. La dernière fois on a. Oublié ma sauce à gyozas. C'est pas contre vous. Je vérifie. 5 petites secondes. Voilà.

Jean. Bon ?

Elvire. C'est tout bon. Merci !

Jean. De rien. Bonne soirée.

Elvire. ATTENDEZ ! Vous fumez ? Vous fumez quoi ? Des roulées, non ? Vous ! Des roulées, je me trompe ?

Jean. Ouais.

Elvire. Vous auriez. Désolée je vous paye si vous voulez. Vous auriez pas un filtre ? Ou deux ? J'ai juste. J'ai vraiment besoin d'une. Je supporte pas sans les filtres, c'est ridicule je sais on s'en fout du filtre quand on a vraiment besoin d'une. Et. HA ! Je viens de fouiller dans HAHA ! 50 poches au moins pour en trouver un c'est ridicule mais. HAHA ! Juste. Et y a un tabac en dessous mais là vraiment j'ai même pas le courage de. Mais je vous paye si vous voulez, vous.

Jean. Euh.

Elvire. Vous. En gyozas je vous paye si vous voulez. Ha !

Jean. Je sais pas.

Elvire. Non mais non c'est bête pardon. Vous devez plus. Hein. Les sentir, les gyozas ! HA ! J'ai ! Sans doute. De la monnaie qui traîne quelque part. *Cherche.* Attendez.

Jean. Euh. Non. Mais. Non mais c'est bon.

Elvire. Attendez-attendeeez.

Jean. Non mais c'est bon. Tenez ! Voilà.

Elvire. Merci ! ATTENDEZ ! Pardon mais. Ha. C'est un peu bête mais. Ils sont tous abîmés comme ça vos filtres ? Je veux dire. Parce que. Non mais. Oui. Enfin. Celui que vous m'avez donné il. Il est. Vous voyez ou pas ?

Jean. Quoi ?

Elvire. Bah. HA ! Vous allez vous dire « celle-là » hein ! HA ! Mais. Bon. Ça fait. Longtemps que j'en ai pas vu remarque mais. Ils ont peut-être changé, j'ensaisrienaprès tout mais. Il est un peu. Décomposé. Non ?

Jean. Ah. J'avais pas vu.

Elvire. Vous y arrivez vous ? Avec ça ?

Jean. Quoi ?

Elvire. Vous roulez vos. Avec les. Filtres. Dans cet état ?

Jean. Je sais pas.

Elvire. Non mais parce que-
Écoutez, madame-

Jean.

Jean. Quoi ?

Elvire. Non. Allez-y, pardon.

Jean. Non rien. C'est bon.

Elvire. Bon. Parce que je me disais. Voilà. Vous pouvez peut-être me la. Rouler ? Parce qu'avec le filtre comme ça. Moi. HA ! Vraiment vous devez vous dire « celle-là » ! Mais voilà. Je-

Jean. Attendezjevoustrouveunautre filtre. Voilà. Il vous va celui-là ?

Elvire. Ah ! Ah bah ! Oui ! Bah ! Voilà ! Vous voyez ? Vous voyez ou pas la différence ?

Jean. Hum.

Elvire. Merci. En tout cas. Hein ! Vous voulez entrer ? En fumer une avec moi ? Ça vous dit ? Je partage même les gyozas !

Jean. Non merci madame, c'est moi qui gère mon temps, là. Et mon argent.

Elvire. Bien sûr pardon désolée pour la proposition c'est vraiment. Je suis pas. HA ! « Ooooh décidément, celle-là ! » ! Hein ? HA ! Bonne soirée, Jean. Jean, c'est ça ? C'est indiqué sur l'application, c'est votre vrai prénom ?

Jean. Hum.

Elvire. Bon.

Jean. ATTENDEZ !

Elvire. OUI ?

Jean. N'hésitez pas à me noter ! Sur l'app' ! Merci !

Ferme la porte.

Gyozas au micro-onde.

Canapé.

Vieux paquet de roulé. Feuilles. Filtres.

Roule.

Poches. Cherche. Cherche, cherche, cherche.

Ordi.

Tape.

allumer cigarette sans briquet

176 876 000 résultats

Scroll.

Scroll.

4 tips pour allumer sa cigarette sans briquet

Sélectionne.

« SLT les internetts! Grande question des fumeurs en mal de-»

Scroll.

Scroll.

« 1 : Le grille-pain. Qui n'a jamais désiré un bon toast grillé avec sa cigarette ? Avec cette méthode, surprenante mais eff- »

Ferme.

Grille-pain.

Fume. Taffe.

Dossiers.

Bon.

« *Pompompompom* », cœur s'accélère.

Dossiers.

Ok.

Souffle coupé.

Court. Salle de bain. Benzo sous la langue.

Canapé.

Taffe.

Taffe.

Ordi.

Tape.

phobie du travail

143 764 987 résultats

Sélectionne.

« bip bip bip bip », micro-onde.

vidéos

Sélectionne.

yutobe : « Phobie du travail », une expression qui fait sourire. Et pourtant./postée le 13 mars 2017

Voix masculine : Elle s'appelle Marilène. Elle a 35 ans. Et depuis 4 mois, elle est en arrêt maladie pour « phobie du travail », un calvaire qui la suit depuis près d'un an, et dont elle accepte, aujourd'hui, de nous parler.

Plan sur les mains de Marilène.

Marilène : Alors moi je souffre d'une phobie du travail, hein. C'est-à-dire que, depuis bientôt un an, toutes les tâches qui. Enfin, tout ce qui concerne mon travail quoi. Je peux plus le faire correctement. Ça a commencé. Bah. Ça a commencé il y a à peu près un an je crois. Le matin je me lève, comme tous les matins, pour aller au travail. Je me lève. Et là, c'est comme si c'était hier. Je prends mon pantalon pour. Bah. Pour m'habiller, voilà. Et là. Là, je sens. Comme la tête qui tourne. Je crois que je fais un malaise. Et puis là, j'arrive plus à respirer. Douleur dans la poitrine. Je me dis que je suis en train de faire une crise cardiaque. J'appelle les urgences. Les urgences arrivent, et on me dit « tout va bien, vous venez de faire une attaque de panique, vous êtes en surmenage ». Et après ? Bah après je suis allée au travail normalement, hein. J'avais pas le choix. J'ai pas fait le lien. Et après ça a empiré. J'ai compris mon problème des mois après.

Plan sur l'entrée d'un bureau, allers-retours d'une foule en costume.

Voix masculine : Ce calvaire que Marilène traverse, des milliers de personnes le vivent au quotidien. Jean Dufroy, coach en entreprise, nous en parle.

Plan sur Jean Dufroy.

Jean Dufroy : Alors. Tout d'abord, hein, il ne faut pas du tout sous-estimer la phobie du travail. C'est un problème d'une gravité extrême, dont l'issue, fatale, hein, peut être le licenciement. Durant mon parcours, j'ai eu beaucoup de clients ergophobes, c'est le terme par lequel on désigne la phobie du travail, et ce qui m'a frappé c'est COMMENT, ces clients, hein, semblaient incapables à entrevoir leur propre responsabilité vis-à-vis. De leur phobie. Dans la plupart des cas, c'est le travail lui-même qui était pointé du doigt. Et dans ces cas-là, eh bien, s'opère un processus, très cruel, hein, d'inertie. Le client refuse de changer son rapport au travail, parce qu'il ne voit pas, sa responsabilité, hein, même s'il est victime de cette phobie, entendons-nous bien, il en est

RESPONSABLE, hein. On ne change pas le travail, hein. Par contre, on peut changer SOI. Voilà. Donc. Si j'ai un conseil à donner à des personnes qui découvrent leur ergophobie, c'est de ne pas hésiter à faire appel à quelqu'un. Un coach en entreprise. Jen'ai rien contre les psy attention mais en l'occurrence. Un coach en entreprise qui saura. Les aiguiller dans un savoir être. Un savoir être au service du travail, dans les limites de ses désirs, de ses besoins.

Ferme.

« bip bip bip bip », micro-onde.

Tape.

coach entreprise

298 564 888 résultats

Sélectionne.

vidéos

Sélectionne.

yutobe : coach phil – respire/postée le 25 septembre 2013
Coach Phil : Je ne suis pas là, hein. Pour vous réparer. Vous n'êtes pas cassés. Vous avez. En vous. Hein. Un potentiel. Inexploité. Vous le savez. Vous avez juste passé votre vie à l'étouffer. Ce potentiel, aujourd'hui. On va lui dire. RESPIRE. Allez-y.
Foule en costume : RESPIRE !
Coach Phil : Plus fort !
Foule en costume : **RESPIRE !**

Cendres. Canapé.

Non non non non ! Canap' de m.

FIN DE L'EXTRAIT