



PREMIER CONTACT

Attentes :

- ✓ Qu'attendez de moi, en quoi puis-je être utile ?
- ✓ Qu'attendez-vous de cette séance ?
- ✓ Qu'attendez-vous de notre rencontre ?
- ✓ Qu'est ce qui vous a motivé à venir à la séance de coaching ?
- ✓ J'ai 'x minutes' pour vous. Où souhaitez-vous avoir abouti au terme de ce délai ?
- ✓ Que désirez-vous ?
- ✓ Que voulez-vous précisément ?
- ✓ Sur quel problème aimeriez-vous travailler ?

Reformuler :

- ✓ avant que nous allions plus loin dans l'entretien, j'ai besoin de vérifier ce qui vous a amené à demander de nous rencontrer / je vais vous dire ce que j'ai compris et vous me direz si j'ai bien saisi.

Expérience coaching

Expériences passées de coaching ou d'accompagnement personnel :

- ✓ Avez-vous déjà travaillé avec quelqu'un ou essayé des techniques particulières pour réaliser vos objectifs? Ou pour rendre votre vie plus satisfaisante ?

Demander ce que le coaché connaît du coaching :

- ✓ Que savez-vous du coaching ?
- ✓ Comment envisagez-vous mon rôle ?
- ✓ Demander en quoi le coaching peut aider le coaché
- ✓ Demander comment le coaché ressent le fait d'être coaché
- ✓ Comment voyez-vous votre rôle dans notre collaboration ?

Questions sur les implications du coaching

- ✓ Définition du coaching
- ✓ Présentation du coach et résumé du métier
- ✓ Thérapie = souffrance récurrente
- ✓ Thérapie = travailler l'obstacle
- ✓ Coaching = contourner l'obstacle
- ✓ Coaching = conduire à l'autonomie
- ✓ Le coaché trouve les réponses aux questions



Cadre

- ✓ Clarification du rôle
- ✓ Définition d'un objectif clair et mesurable
- ✓ Quelques séances
- ✓ Rythme et longueur d'une séance
- ✓ Je vais vous dire comment j'envisage l'organisation de nos rencontres, vous me direz si cela vous convient.
- ✓ Je vais vous donner des informations sur la manière dont j'envisage mon rôle, vous direz si c'est cela que vous attendez...et si cela vous convient.

En cas de divergence :

- ✓ je comprends ce que vous me demandez, toutefois certaines choses ne rentrent pas dans le cadre d'une action de coaching telle que je la conçois, et d'autres oui / je vais vous dire celles que je retiens et celles que je ne retiens pas, dans le cadre de ce rôle...et je vous invite à réagir par rapport à cela...êtes-vous d'accord ?
- ✓ Je pense maintenant avoir bien compris ce que vous attendez de notre relation, je vais vous apporter quelques précisions complémentaires sur la façon dont nous allons travailler ensemble et je souhaiterais que vous me confirmiez votre accord.
- ✓ Avez-vous quelque chose à ajouter ?

Conclusion de l'entretien

- ✓ Toujours résumer les points clés de la conversation.
- ✓ Demander au coaché si ok avec ce résumé ou demander au coaché de résumer lui-même.