



### CATHERINE, QU'EST-CE QUI VOUS A AMENÉ À CHOISIR LA PROFESSION DE COACH ?

L'idée d'accompagner des personnes au sein des équipes et structures est là depuis assez longtemps chez moi !

**Mon expérience passée au sein des entreprises m'a fait toucher du doigt la complexité de vivre en communauté au service d'un projet d'entreprise, avec des personnes de cultures et de métiers différents.** Cela m'a emmené en premier lieu au conseil en entreprise avant de basculer vers le coaching, que j'envisage comme une synthèse de cette capacité à créer des situations de sens, **à aider et accompagner les personnes et équipes à développer leurs projets, trouver des réponses créatives et originales à ce qu'elles vivent, à les faire avancer...**

### COMMENT SE DÉROULE UNE SÉANCE DE COACHING ?

Une séance n'est jamais isolée et fait partie d'une série de 6 à 12 séances qui visent à accompagner la personne par rapport à un objectif qu'elle s'est fixée. **C'est un dialogue dans lequel le coach est dans une posture d'écoute, de questionnement et de partage de ce qu'il perçoit et entend.** L'objectif de chaque séance est **d'aider le coaché à élargir son champ de**

**BE THE CHANGE  
THAT YOU WISH  
TO SEE  
IN THE WORLD**

*Mohandas Gandhi*

**vision par rapport à sa propre situation, prendre conscience de ce qui lui arrive et identifier les pistes d'actions et de comportements** qui vont lui permettre de sortir d'une situation difficile, voire de développer de nouvelles manières de faire ou d'être. En fin de coaching, il y a un entretien de bilan qui permet de dire si les effets que l'on souhaitait obtenir ont bel et bien été obtenus...

### QUELLE EST LA SINGULARITÉ DE VOTRE COACHING ?

Je suis dans un coaching situationnel et de développement qui s'adresse à des dirigeants, des équipes de directions, administrateurs, conseils d'administration... **Le côté passionnant de ce que je fais en coaching, c'est vraiment le chemin entre la personne, l'équipe et l'entreprise qui va l'emmenner quelque part !** Je travaille sur plusieurs niveaux dans mon coaching, au niveau de la personne et au niveau de l'équipe : comment l'énergie individuelle va contribuer à la mobilisation d'un collectif. En coaching collectif, on essaye de voir les personnes uniquement en groupe.

### QUELLES SONT LES SOURCES D'INSPIRATION DANS LESQUELLES VOUS PUISEZ VOS RESSOURCES POUR LES SÉANCES DE COACHING ?

Je suis professeure de leadership à HEC, en plus de m'occuper du développement des programmes de leadership. **Je lis énormément d'articles sur « qu'est-ce que diriger », « que se passe-t-il dans les phénomènes de changement »...** J'ai beaucoup de sources universitaires, cet aller-retour théorie-pratique est très nourrissant ! Cela apporte des **éléments conceptuels** à mes séances de coaching. La deuxième source est la **formation continue** : en tant que coach, on est vraiment engagé sur un développement de soi, à la fois une

connaissance approfondie de soi-même, via un système de supervision, de réflexion permanente, des ateliers collectifs, des forums, des cafés coachs, des conférences, des formations à des outils spécifiques... **On est sans arrêt au contact de nouveaux outils et de nouvelles pratiques qui vont nourrir notre métier et le renforcer !**

### QUELLE ANECDOTE, FAIT SURPRENANT OU CLIN D'ŒIL AMUSANT AIMERIEZ-VOUS PARTAGER AVEC NOUS ?

J'avais rencontré une femme qui était dans les assurances et qui partait prendre la direction de la filiale de son entreprise au Mexique. Nous avions prévu un coaching à distance, nous nous sommes vues avant son départ pour l'entretien d'exploration. Par la suite, elle m'a écrit un petit mot pour me prévenir que son voyage était différé et qu'elle me tiendrait au courant. Je n'ai plus jamais eu de ses nouvelles ! **Je l'ai revu quatre ans plus tard et elle m'a dit : « je vous dois un immense merci, les deux heures qu'on a passé ensemble ont changé ma vie ! ».** Je lui avais posé cette question : « qu'est-ce qui faisait vraiment sens pour vous ? ». Cela l'a complètement fait réfléchir ; elle n'est pas partie au Mexique, a quitté son entreprise et a créé sa propre structure. J'aime énormément cette anecdote car pour moi **elle reflète l'humilité du coach : c'est l'autre qui a le pouvoir, nous sommes juste le déclencheur !**

