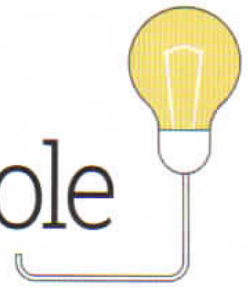


Coaching : libérer la parole



Rien de mieux qu'un regard extérieur pour mieux se connaître et évoluer.
Un coaching bien mené est source de progrès.



© Julien Praquin

Julie Fouquet et Karine Castello favorisent une parole libérée.

« Que le projet professionnel prenne sens »

L'intelligence collective... C'est ce que Karine Castello (Envolya) et Julie Fouquet (Julie Fouquet & Co) pratiquent dans leur métier de coach, d'abord en étant en partenariat ensuite en la mettant en application dans leur programme « Mon Atelier Professionnel ». « C'est un accompagnement sur quatre mois qui alterne des ateliers collectifs, du coaching individuel, du travail personnel », expliquent-elles. Des petits groupes de 4 à 5 personnes, pas plus, pour que le dialogue rebondisse, que les regards se croisent, que les idées jaillissent.

Pelote de laine

C'est là que l'intelligence collective trouve toute son expression, dans un effet miroir permanent, s'appuyant sur des moments

ludiques ou profonds, une méthode variée pour « que le projet professionnel prenne sens ».

C'est là l'objectif de la formation, permettre à des personnes en poste (ou en recherche d'emploi) de retrouver du sens, de la motivation dans leur vie professionnelle, de prendre du recul pour remettre de la cohérence, pour savoir où ils veulent aller. « On tire les fils de la pelote de laine », sourit Karine Castello, « chacun vient avec des objectifs très différents, avec des réactions qui sont de l'ordre de l'émotion. L'idée est de les aider à mieux comprendre leur environnement, d'avoir le temps pour que la réflexion mature, pour expérimenter ce qui a été évoqué en séance dans son milieu professionnel ».

En parlant à deux voix, pour multiplier les entrées, en s'appuyant sur une psycho-

logie positive, en posant un cadre précis, mais en laissant toute liberté au groupe pour s'y mouvoir, Karine et Julie constatent que les évolutions sont rapides : « Les séances se déroulent le soir, les gens sont fatigués, mais ils s'impliquent, ils prennent le rythme, la convivialité est essentielle. Les groupes sont composés de personnes d'horizons très différents, ce qui enrichit les échanges. Et nous sommes surprises de la vitesse avec laquelle les prises de conscience s'effectuent. Des gens qui étaient découragés parviennent à s'épanouir dans leur travail ». ◀

CONTACTS

www.envolya.fr

www.fouquetandco.com