

LE TEMPS

CHF 3.50 / France € 3.00

VENDREDI 13 NOVEMBRE 2015 / N° 5358

Portrait

Noémie Schmidt, la comédienne valaisanne qui électrise le Tout-Paris ●●● PAGE 30



Espace

Alexei Leonov, le premier homme qui a affronté le vide intersidéral, se raconte ●●● PAGE 14

Scènes

Romeo Castellucci, les visions stupéfiantes d'un créateur tourmenté ●●● PAGE 28

Carrières

Le recours à un coach s'avère très efficace. Nos offres d'emploi ●●● PAGES 21-23

une place au sommet

Pour réserver cet emplacement
Le Temps - publicité
T +41 21 331 70 00
F +41 21 000 70 01
E-mail: publicite@letemps.ch
www.letemps.ch/pub

CARRIÈRES

36%

LA PART DES PERSONNES ACTIVES OCCUPÉES TRAVAILLANT À TEMPS PARTIEL EST PASSÉE DE 31,7% EN 2004 À 36,0% EN 2014. Les femmes travaillent majoritairement à temps partiel (59,2%).



GUILLAUME DUBOIS

Guillaume Dubois a été nommé au poste de vice-président Industrie chez Schneider Electric Suisse. Il succède ainsi à Beat Reber qui a quitté l'entreprise.

2200 employeurs sur tablette et mobile

jobup.ch

Pourquoi avoir recours à un coach

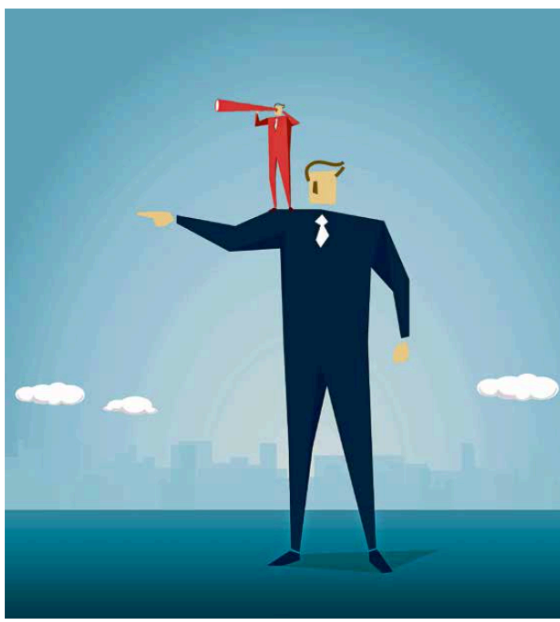
MANAGEMENT 70% des employés estiment avoir amélioré leur efficacité et leur productivité au travail grâce au coaching, une méthode qui permet de s'affranchir de ses croyances pour réaliser son plein potentiel professionnel

AMANDA CASTILLO

Les entreprises qui engagent des coaches pour booster la performance de leurs employés, améliorer leurs compétences comportementales ou encore leurs *leadership skills* sont aujourd'hui légion. En France, 90% des sociétés du CAC 40 feraient appel à des coaches. En Belgique, une enquête réalisée auprès de 943 responsables des ressources humaines (RH) a révélé que 85% des entreprises flamandes, grandes ou petites, organisent des séances de coaching pour leurs cadres dirigeants. Quant à la Suisse, elle n'échappe pas à la vague du coaching. «De nombreuses associations, ONG et entreprises suisses font régulièrement appel à des coaches», assure Nathalie Ducrot, présidente de la Fédération internationale de coaches professionnels ICF. «Chez Nestlé par exemple, la mise en place d'une culture du coaching concerne l'ensemble de ses 340 000 employés à travers le monde.»

Retour sur investissement

Si le prix d'une séance de coaching n'est pas négligeable (entre 300 et 700 francs selon les coaches), le retour sur investissement serait à la hauteur des efforts financiers consentis par les employeurs: 70% des coachés estiment en effet avoir amélioré leur efficacité et leur productivité au travail et 86% des entreprises affirment avoir obtenu un rendement du capital investi au moins équivalent aux sommes déboursées pour réaliser la démarche de coaching, selon une étude de l'ICF. Séverine Jourdain, Head of Coaching de Nestlé, confirme: «En plus de permettre davantage de satisfaction au travail, cette culture de l'engagement et de l'autonomie individuelle sert les performances de l'entreprise.» A l'origine, le mot «coach» est dérivé du vieux français «coche».



Comme le cocher qui autrefois conduisait ses passagers en toute sécurité jusqu'à leurs destinations, le coach de carrière guide ses clients vers leurs objectifs professionnels. Pourraient-ils y parvenir sans lui? «L'individu utilise assez peu son potentiel naturellement, lequel est souvent entravé par une histoire de vie

pleine de péripéties», rappellent Odile Bernhardt-Chuzel, Francis Colnot et Florence Vitry, auteurs du livre *Comprendre et pratiquer le coaching personnel*. En effet, nous traînons tous au quotidien une besace remplie de croyances limitantes héritées de l'enfance. Le cours d'une carrière est par ailleurs fortement influencé par

le regard qu'une personne porte sur elle-même. «Les formatages de l'enfance - cette petite voix qui nous souffle que l'on n'est pas assez bon pour réussir - génèrent des convictions qui privent l'individu de son objectivité et brident son potentiel», explique Nathalie Ducrot. Ainsi, celui qui est persuadé de ne pas être à la hauteur

souffrira de perfectionnisme ou rencontrera des difficultés à faire valoir son travail et à demander une promotion. A l'inverse, celui dont les croyances sont porteuses («je retombe toujours sur mes pieds» ou encore «mon travail est apprécié») prendra des initiatives pour évoluer et gravira avec aisance les échelons de son entreprise.

Introspection accompagnée

S'affranchir de ses schémas de pensée inconscients requiert parfois une introspection accompagnée. Pour amener son client à réaliser sa véritable personnalité, le coach a notamment recours à la maïeutique. En véritable Socrate des temps modernes, il pose des questions desquelles émergent des réponses qui

Quand faut-il faire appel à un coach? «La mentalité franco-phonie attribue un coach en cas de problème, lorsqu'un employé ne performe pas assez par exemple, ce qui n'est pas le cas dans le monde anglo-saxon où le coaching a vingt ans d'ancienneté et d'ancrage», note Nathalie Ducrot. Mais l'idée qu'un coach peut intervenir en amont, avant la survenance d'une difficulté, fait peu à peu son chemin en Europe et les entreprises à prendre en compte la dimension émotionnelle de leurs employés sont toujours plus nombreuses. «Ainsi, que l'on soit un cadre en poste, un salarié en reconversion ou un demandeur d'emploi, toutes les étapes de la vie sont bonnes pour se découvrir et dépasser ses limites.»

Choisir le bon coach

Encore faut-il choisir le bon coach. A cet égard, le métier n'étant pas légiféré, il connaît un certain flou artistique. «Tout le monde s'autoproclame coach de nos jours», déplore Nathalie Ducrot. Pour éviter les mauvaises surprises, il est préférable de trouver son coach dans le réseau des associations professionnelles. Ces organismes disposent en effet de listes de références établies selon des critères spécifiques. Leurs coaches ont de plus tous signé un code d'éthique. «La Fédération internationale de coaches professionnels décrit 11 compétences clés pour le coaching, parmi lesquelles l'obligation de fixer des objectifs concrets et mesurables afin que le coaching devienne un processus pouvant être soumis à une évaluation. L'organisation, qui fêtera ses 20 ans le vendredi 20 novembre à l'hôtel Starling à Genève, accueillera lors de cet événement plus de 100 coaches et clients du coaching. L'occasion pour les participants de mieux cerner cette profession et de trouver un coach qui leur convienne.»

Plus de 100 coaches seront à Genève le 20 novembre pour les 20 ans de l'International Coach Federation

amènent son client à s'interroger sur ses certitudes et, le cas échéant, à modifier sa perception de lui-même et du monde. La sculpture de Michel-Ange appelée *Atlas esclavoté* est un peu à l'image du coaché. Dans ce bloc de marbre, arrêté à mi-chemin de son parcours, une forme humaine encore sans visage lutte pour émerger de la roche. L'objet partiellement façonné plait en tant que métaphore de ce que peut faire le coaching pour nous: nous aider à devenir ce que nous sommes. Délesté de ses croyances limitantes, le coaché peut enfin réaliser son plein potentiel.