



## Le coaching individuel

Phase	Taille du groupe	Situation	Pédagogie	Intention
découverte	seul	présentiel	expositive	interpeller
apprentissage	petit groupe	distanciel synchrone	active	partager
réalisation	moyen groupe	distanciel asynchrone	interrogative	synthétiser
évaluation	grand groupe			transmettre
				évaluer

### Principe

- Processus d'accompagnement d'une personne, limité dans le temps, visant à lui permettre d'atteindre un ou des objectifs professionnels dans une situation donnée.
- Il se matérialise par des séances de travail entre le coach et la personne accompagnée.
- Il est réalisé dans l'intérêt de la personne accompagnée et aussi dans l'intérêt de l'institution qui l'emploie - les objectifs sont donc fixés conjointement lors d'une séance de cadrage tripartite : coach, coaché, représentant de l'institution (généralement responsable RH ou supérieur hiérarchique).

### Intérêts et avantages

- Découverte et mise au point - avec l'aide du coach - des stratégies d'actions qui leur conviennent dans leur situation.
- Evaluation du processus de coaching. Des objectifs sont fixés au démarrage lors de la réunion de cadrage tripartite ; leur atteinte est évaluée de façon tripartite aussi, lors du dernier entretien.

### Limites et points de vigilance

- Plutôt adapté au développement de compétences et de pratiques qui ne nécessitent pas des apprentissages à contenu important. Par exemple, le coaching managérial est d'autant plus efficace que le coaché a déjà suivi des formations au management - et a déjà pratiqué.
- Attention : le coaching est une démarche qui favorise l'autonomie de la personne accompagnée - et non une relation de dépendance avec le coach.

### Conseils de mise en oeuvre :

- L'exercice du coaching professionnel nécessite une formation assez longue (certaines universités proposent des masters 2 de coaching professionnel), un diplôme et/ou une certification d'organisme reconnu (AFAQ/AFNOR, fédérations de coaching - EMCC, ICF, SF coach, fédération francophone de coaching).
- Le coaching obéit à des règles de déontologie strictes - par exemple : confidentialité totale des échanges en séances (hors cadrage et bilan), certification du coach etc. Ces règles ont été définies notamment par les fédérations de coaching.

### En situation de formation à distance

- Possible à distance autant qu'en présentiel, surtout passé le premier entretien.

**Voir également : le projet**