

FICHE APPRENANT

LE COACHING

ACTIVITE 1 DECOUVERTE DU THEME

Lisez et répondez aux questions.

- a) Quelles sont vos résolutions pour la nouvelle année ?
- b) Avez-vous déjà tenu vos résolutions ? Pourquoi ?
- c) Pour vous, qu'est-ce que le coaching ?
- d) Dans quels domaines peut-on se faire coacher ?
- e) Quel type de personne cherchent à se faire coacher ?
- f) Quelles personnes peuvent être coach ?
- g) Connaissez-vous des lois qui règlementent le coaching en France ? au Canada ? Dans votre pays ?

Pour information : Le métier de « coach en développement personnel » et les professions liées ne sont pas réglementés et leur exercice est libre en France.

ACTIVITE 2 COMPREHENSION GLOBALE

Observez la vidéo et répondez aux questions.

- a) Quel est le métier de Marion Guiset ?

- b) Selon Marion, quel est le premier type de coaching qui est apparu ?

Pour information : RésoSanté Colombie-Britannique est un regroupement d'organismes communautaires, de professionnels de la santé, d'établissements de santé, d'institutions d'enseignement et de représentants gouvernementaux qui travaillent, dans un esprit de partenariat et de dialogue, à supporter le développement, l'accès intégré et la pérennité des services de santé en français à travers la Colombie-Britannique (Canada).

ACTIVITE 3 COMPREHENSION DETAILLEE

3.1. Observez à nouveau la vidéo et répondez aux questions.

a) Quels sont les différents types de coaching cités dans la vidéo ?

b) Combien de temps dure une séance ?

c) Quel est le programme de coaching ?

d) Quel est la différence entre un consultant, un psychologue et un coach ?

3.2. Observez à nouveau la vidéo et répondez aux questions.

a) Quel est l'effet escompte des « défis » ?

b) Quels sont les avantages du coaching en ligne ?

c) Pourquoi et comment peut-on être coach ?

ACTIVITE 4 CONCEPTUALISATION ET SYSTEMATISATION D'UN POINT

LANGUE

4.1. Observez les phrases suivantes.

On va d'abord commencer par une rencontre préliminaire de 30 minutes.

Alors, ensuite, quand on amorce le programme de coaching, on va avoir deux heures de découverte.

Puis, on aura une heure toutes les deux semaines avec des défis.

Comment les différentes étapes du coaching sont-elles annoncées ?

RAPPEL

Les connecteurs logiques servent à établir des relations entre deux idées, deux faits et sont utilisés pour :

Argumenter

D'abord

Ensuite / Puis

Enfin / Finalement

Illustrer

En effet

Par exemple

Ainsi

Opposer

Mais

Cependant / Pourtant / Néanmoins

La conséquence

Alors

Donc

La Cause

En effet

Parce que

Le But

Pour

4.2. Compléter le texte suivant avec des connecteurs logiques.

Je vous propose d'explorer votre situation amoureuse actuelle de faire le point concernant votre problématique personnelle en vous proposant mon analyse et des outils, pistes à expérimenter pour en sortir.

_____, je vous contacterai par Skype ou par téléphone et nous discuterons de votre situation et du fond de votre démarche. _____, je ne travaille pas sur les blocages, _____, je vous indique des pistes pour les dépasser. _____, on pourra commencer le programme avec des défis toutes les semaines que je vous aiderai à réaliser. _____, vous pourrez voir vos progrès.

ACTIVITE 5 REEMPLOI

5.1. Présentez votre entreprise de coaching !

a) Vous créez votre entreprise de coaching. Vous déterminez le domaine, le prix et les horaires d'ouverture. Vous proposez un programme détaillé de votre coaching et les résultats attendus.

b) Vous pouvez présenter votre entreprise sous forme d'affiche.

5.2. Jeu de rôle

Vous avez fait appel à un coach parce que vous souhaitez retrouver votre forme. Vous réalisez un dialogue de votre première séance de coaching. Le coach vous pose quelques questions pour connaître vos attentes et met en place un programme adapté.