



l'Echo des Savanes

LA VÉRITÉ SUR LE SKI
BEN, Y FAIT FROID SURTOUT

L'ALTERFOOT
UN AUTRE FOOT, OUI,
C'EST POSSIBLE

ON A TESTÉ LES VERTS
EST-CE QU'ILS FONT RIEN
QU'À RACONTER DES SALADES ?

SAINT-VALENTIN
**AMOUREUX,
LÂCHEZ-VOUS !**

**ON A AUSSI
RACKETTÉ LES
ENTREPRISES**
LES PROS DU JOURNALISME
POURRI ET CORROMPU

GODKILLER
LA NOUVELLE BD
MYSTIQUE DE
BENOÎT DELEPINE
ET STAN & VINCE

T 02043-246 - F: 3,95 €



Plus forts que les psys

N'IMPORTE COACH !

ET LÀ... IL TE
CONSEILLE QUOI
TON COACH?

euh...
Coup de pied
dans les couilles?..

Hier, le "coach" était un homme de sciences, donnant le sein aux footbouteux en culottes courtes, ou l'inspiration aux cadres sup. Désormais, il y a un coach pour chaque chose de la vie. Du mal à réussir le risotto, éduquer Milou ou trouver femme ? Allô, Dr Coach ? À croire qu'on ne sait plus rien faire seul...

Sujet coaché [la bonne réponse] par Gaël Le Bellégo

Il est l'Homme providence de la télé-réalité. Le coach est partout, pour tout, plus fort que le psy, moins chiant que l'expert. Des exemples ? Les profs de la Star Ac' expliquent comment chanter juste à des chèvres, les Queens relookent un hétéro plouc et lui apprennent à mieux choisir ses yaourts, la Dream "Clean" Team force des ados crades à se laver les dents, le slip, la tête, alouette

(cf. Too Posh To Wash, sur Channel 4). Rien à côté des Boots Camp (sur la Fox), et Brat Camp (Re-Channel 4), où des gosses difficiles – ils ont des piercings et disent "Fuck !" – sont envoyés dans des lofts disciplinaires, à faire des pompes ou la corvée patates, sous une pluie glacée d'insultes. Télé, mon beau miroir... Un miroir déformant, grossissant, certes, mais un miroir quand même. Parce qu'aujourd'hui, chacun cherche son coach. Veut son caporal-chef. Qu'il manie le "un et deux et trois" ou la fénule, qu'il aide à trouver l'amour, le sommeil, la minceur, sa voie... ou sa voix. Yannick, 29 ans, chef de produit dans



JE SUIS
PETIT

MOCHE

ET UN PEU CON.



la grande distrib', ne supportait plus sa voix fluette de soprano : "Je passais un tiers de mon temps au téléphone, avec des mâles très mâles. Comment imposer mes vues ou rouspéter de mon timbre haut perché ? Je complexais. Je suis allé voir un coach vocal pour remuscler tout ça..." Résultat : à force de vocalises, de respirations, de soupirs, d'exercices d'articulation et de diction, Yannick a perdu une octave et gagné un kilo de virilité. "Je leur apprend d'abord le lâcher-prise, explique Roch Jamelot, trainer vocal et ancien chanteur lyrique. La tension, le souffle court peuvent limiter les gammes d'une voix. Il m'arrive donc d'intervenir aussi sur les vices de comportements, les paralysies. Sans déborder de mon rôle, car je ne suis pas psy. Il faut faire attention aux amalgames..." Pas une mince affaire, quand on contemple le vaste (et confus) marché des coachs...



DU LARD ET DU COACHING

Il faut être bon en tout. Compétitif, performant, superman. Et comme le temps manque, on fait appel à un bataillon de coachs. Un pour mincir, un pour cuisiner comme un chef, un pour dormir sans choc, un pour se fringuer so chic, un pour trouver l'Appart et le meubler feng shui... À chaque problème, sa solution. On déménage ? Un coach de home clearing fait le planning, rassure les enfants (et le chat ?), estime ce qu'il faut jeter, garder... On veut paraître cultivé ? Vite, un coach culturel ! Qui nous fait réviser les classiques. On a mal au

RÉCUP' MARKETING OBLIGE. DES NUTRITIONNISTES, DES ÉDUCATEURS, DES SEXOLOGUES SE DÉBAPTISENT POUR PROFITER D'UNE TERMINOLOGIE À LA MODE.

cœur et à la quéquette ? Un love coach aide à nous soutenir... Personne n'est en reste : ni la

copine enceinte, ni les mauvais parents, ni les seniors qui s'emmerdent, ni le chien qui emmerde, car chacun (même le chien) peut appeler un coach ultra-spécialisé...

Mouais, tout ça sent un peu la récup' marketing passée de date. "Pour la plupart, commente Bernard Hévin, psychosociologue au très sérieux centre de développement Le Dôjô, ce sont des accompagnateurs traditionnels - nutritionnistes, éducateurs, sexologues... - qui se sont débaptisés pour profiter d'une terminologie à la mode. Ça crée une méchante confusion." La Fédération Française de Coaching et la Société Française de Coaching (SF Coach) essayent de mettre un peu d'ordre dans le poulailler, renvoyant vers les formations béton, à base d'analyse transactionnelle et de programmation neuro-linguistique (ça ne fait pas mal). Auteure d'un Petit traité de philosophie à l'usage des accros du boulot (Village mondial),

Catherine Blondel, l'une des 600 membres de la SF Coach, précise qu'un bon coach "ne vend pas la pilule du bonheur, mais de la clairvoyance ! Il vous offre son temps et un espace pour penser. Un luxe à une époque du chacun pour soi, le nez dans le guidon ou la télé 16/9". Un luxe motivé par de bonnes et de moins bonnes raisons...

UN COACH, ÇA VA, TROIS, BONJOUR LES DÉBATS !

D'abord, le positif. Si le coach a la cote, c'est parce qu'il rend l'impossible à portée de tous.

À force de boulot, une caissière édentée peut devenir bimbo star, un trader, ouvrir un gîte rural baba. "Tous les cadres ont volé en éclats, s'enthousiasme le sociologue et professeur au Celsa Patrice Duchemin. Dans notre société post-moderne, la famille se trouve

explosée – recomposée, la religion (chrétienne) se meurt, le travail fait de chacun un kangourou sautant de CDD en CDD. Sans garde-fous ni certitudes, nous devenons plus libres. Libres de bondir hors de soi, de changer de rive. Le coach joue alors le rôle du passeur, comme Siddhârta. Grâce à lui, on donne un coup de volant rapide à sa vie. Rien à voir avec une psychanalyse qui s'étale, parfois sur des années de divan. "Mais le travail et les ambitions ne sont pas les mêmes, met en garde le psychiatre et psychanalyste Samuel Lepastier. Le coaching n'est pas une thérapie

mais un ensemble de techniques visant à trouver une réponse concrète à un problème donné. Dans un court terme. C'est du produit packagé. Il est incopérant dans de nombreux cas, où les racines du mal sont plus profondes. Prenez l'exemple du patient qui répète des situations qui le font souffrir (vivre avec une marâtre, avoir un patron tyrannique). Une analyse pourra l'en sortir. Pas une cure de coaching..." Et que dire d'un mauvais coach ? Ça peut provoquer quelques dégâts...

ME DIS RIEN...

T'AS CHANGÉ DE COACH?!..



Certains n'hésitent pas à profiter de la faiblesse psychologique qu'ils perçoivent chez leurs patients. Lesquels ont vite fait de se transformer en pigeons face à celui qu'ils ont érigé en véritable gourou.

David Lefrançois, Président-fondateur de Coach-Up et auteur du Guide pratique du Life Coaching (éditions Gualino) risque la classification suivante : "Il y a l'éjaculateur précoce, qui mitraille de conseils à peine le client assis ; l'impuissant, qui ne donne rien et se contente de renvoyer mou. Et la bête de sexe, capable de recevoir et de donner." Dans tous

les cas, il vaut mieux (pour reprendre le mot du philosophe Florent Pagny) "garder sa liberté de penser"... Un petit coup de coaching, comme ça, en période de dégonflette, why not... Mais, faudrait voir à ne pas en abuser : dans la peur d'agir, on redevient l'enfant. Celui qui appelle papa pour savoir si c'est l'heure ou non d'aller pisser. ●

Le coût du coach

Le coach n'est tenu par aucun serment, aucune charte de déontologie, aucune réglementation. Comprendre : tarifs libres ! Et donc Carte bleue en danger... Pour le coaching "généraliste" (life coaching), prévoir un budget minimum de 150 € la séance d'une heure, voire deux chez les plus généreux. Mais, on a pu constater que certains étaient carrément

plus gourmands, facturant des honoraires carrément plus musclés, pouvant atteindre... 500 €. Ce qui fait la différence ? La notoriété. Certains pratiquent le tarif étudiant (75 € la séance). Pour les coachings plus spécialisés, type coaching d'intérieur ou coach culturel, compter 300 € la séance. C'est fou comme on se sent plus léger en sortant...



Pierre Blanc-Sahnoun, fondateur de La Compagnie des Coaches : "La vitesse ambiante favorise celui qui s'intéresse plus au comment qu'au pourquoi : le coach, plutôt que le psy."

Pour Pierre Blanc-Sahnoun, un coach peut en cacher un autre : un certain nombre de tocards sont venus squatter la profession. Et la décrédibiliser, voire la débiliser...

Ça ne vous agace pas, cette folie autour du coaching ?

J'ai conscience que des tocards se sont engouffrés dans la brèche du coaching, parce que c'est une valeur à la hausse. Très porteuse. Le "coaching", comme l'"outplacement" ou le "reengineering", sont des mots vedettes lancés artificiellement

par les papes du business américain, tel Michael Porter... Ils nourrissent deux générations de consultants : ceux qui mettent en place, et ceux qui réparent. Ça ne veut pas dire que le besoin d'accompagnement dans certains secteurs de la vie n'existe pas...

Comment expliquez-vous ce succès ?

La perte de la spiritualité y est pour quelque chose. Faute de croire en Dieu, nous repositionnons nos convictions, et cherchons du sens à nos vies. Nous sommes alors plus dans une logique de rentabilité : le capital couple, le capital sommeil, le capital boulot... Il est normal que l'on veuille parfois s'appuyer sur une épaule.

Pourquoi pas celle du psy ?

Psys et coaches n'interviennent pas sur les mêmes registres. La vitesse ambiante favorise celui qui s'intéresse plus au comment qu'au pourquoi : le coach, plutôt que le psy. Et, face au psy, on se vit comme un malade. Face au coach, on est un champion en sommeil ! Qui ne demande qu'à être réveillé.

Sauf quand le coach devient gourou...

Il faut choisir un coach qui a travaillé sur lui-même, suivi une analyse, pour être à même de mettre les distances qui s'imposent. Il doit savoir dire "stop" et laisser le client reprendre les commandes de sa vie.

Business Blues de Pierre Blanc-Sahnoun (Editions d'Organisation)