Le therapeute : un "coach"?

Autor(en): **Roland-Gosselin, Élisabeth**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Fisio active**

Band (Jahr): **41 (2005)**

Heft 5

PDF erstellt am: **28.05.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-929582

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

LE THERAPEUTE, UN «COACH»?

Élisabeth Roland-Gosselin, Formatrice, Consultante, Paris, E-mail: elisrogo@club-internet.fr

Mots-clés:
Prise en compte de la situation dans sa totalité, identification de la demande, identification du réel, diagnostic, contrat

Cet article a pour objectif de mettre en évidence les analogies qui peuvent exister entre le rôle que doit jouer le coach, l'objectif qu'il poursuit, l'attitude qui en découle et les exigences que cela implique dans la mise en place des «préalables» nécessaires à la conduite d'un travail constructif.
Et, avec quelques nuances, les analogies qui permettront au soignant d'optimiser l'efficacité de son travail thérapeutique.

ABSTRACT

This submission aims at underlining the analogies which may exist between the role a coach must play, the objective he pursues, the attitude this implies and the corresponding prerequisites to a constructive work. And, to a certain extend, the conditions which will allow the physiotherapist to optimise his therapeutic work.
Indeed, the guidelines along which physiotherapist and coach will work will show important differences. However we thought it would be useful to underline the importance of these prerequisites, which the coach as well as the physiotherapist tend to underscore. We also aim to recall the fundamental attitudes which in both cases will allow the partners in this relationship to play their role fully, while recognizing and respecting the other partner's role.

INTRODUCTION

Certes, les modalités du travail qui s'ensuivra, présenteront, dans l'un et l'autre cas, de notables différences, mais il nous a semblé qu'il n'était pas inutile de mettre l'accent sur l'importance de ces «préalables» que le coach, aussi bien que le soignant peuvent avoir tendance à «court-circuiter» et sur les attitudes fondamentales qui, dans les deux cas, permettront aux partenaires de cette relation de jouer pleinement leur rôle en reconnaissant et en respectant celui de l'autre.

Ce n'est pas pour sacrifier à la mode que nos employons ce terme, mais parce que nous voudrions souligner l'analogie entre ces différents types d'accompagnement et le fait qu'ils peuvent s'enrichir l'un l'autre:

- dans leur rôle: le thérapeute, comme le formateur, ou ce qu'on appelle aujourd'hui le coach, accompagne – pour un temps limité – celui qui lui est confié ou qui s'adresse à lui à un moment souvent critique de son existence
- dans leur objectif: rendre son autonomie à celui qu'ils vont accompagner, éveiller en lui les forces qui lui permettront de continuer seul son chemin de vie, que ce soit vers la guérison, l'acquisition du savoir ou les capacités qui lui permettront de faire face aux aléas de l'existence.
- Dans l'attitude qui en découle et doit être la leur pendant cet accompagnement: celle d'un éveilleur. Se garder de l'abus de pouvoir que notre savoir, notre «supériorité» momentanée pourrait engendrer si nous n'y prenions garde.

Cette relation, si elle est gâchée par le pouvoir pris par l'un ou l'autre des protagonistes, peut aussi être destructrice – et pour l'un et pour l'autre. Il nous est apparu que les exigences, ce qu'on pourrait appeler la déontologie du coach, ainsi que les techniques mises à sa disposition pourraient apporter un éclairage intéressant sur la relation thérapeutique.

Le travail du coach ne peut se faire sans un important degré de confiance réciproque. Le fait qu'il n'y ait pas de relation de pouvoir entre les protagonistes et qu'il y ait un haut degré de confiance va justement permettre au coach d'exercer sa «puissance» (ce qui n'est pas du domaine du pouvoir), c'est-à-dire optimiser le système énergétique composé de l'énergie de son client et de sa propre énergie à lui, en vue d'amener le client à atteindre les objectifs qu'il s'est fixés[1].

MÉTHODE

C'est sur cet aspect relationnel (souvent sous-estimé), que nous voudrions nous attarder – sans pour autant méconnaître l'importance du savoir et de l'habileté du thérapeute.

1. L'une des premières recommandations faite au coach, au début de sa relation avec son client, est de prendre en compte la totalité de la situation, la réalité dans toute sa complexité: Non seulement le problème qu'il expose, mais tout ce que ce problème implique:
   - l'environnement dans lequel il se présente[2],
   - les conséquences que cela entraîne,
   - sa maîtrise plus ou moins grande de la situation,
   - son appréciation de la gravité de cette situation,
   - son «ressenti» (douleur, angoisse ou relative sérénité).

   Il n'est pas nécessaire d'être un psychologue chevronné pour prendre en compte l'ensemble de ces éléments. Il suffit de poser quelques bonnes questions (un quart d'heure peut suffire lors de la première séance), d'écouter avec attention et bienveillance – en se gardant de tout jugement, en se contentant souvent de simplement reformuler ce que la personne vient de nous dire, en l'aidant à clarifier ses propos.
   C'est la première étape de ce qu'on appelle en coaching l'Identification du Réel.

2. La seconde étape consiste en l'Identification du Problème.
   - De quoi s'agit-il? (dans l'optique du client) Qu'est-ce qui est primordial pour lui?
   - Conçoit-il ce qui lui arrive, avec une certaine distance, comme une «affaire à régler»?
   - Le problème se situe-t-il plutôt dans la dégradation de sa relation avec son environnement?
   - Ou avec lui-même?
   - C'est l'écart entre la situation présente insatisfaisante et la situation future qu'il se propose d'atteindre à laquelle nous faisons allusion dans un article précédent.

3. Ceci étant clarifié, il est alors possible au coach d'établir le «diagnostic relationnel», d'identifier les besoins de la personne qu'il a en face de lui. Diagnostic que le coach va faire pour lui même, qu'il n'est pas nécessaire à ce moment-là de communiquer au client.

4. Identification de la demande. C'est la quatrième étape: le diagnostic étant posé en tenant compte de la réalité et de ce qui fait problème pour le client, il importe maintenant d'expliciter l'objectif que le client se propose d'atteindre et ce qu'il attend de son coach. La question pourrait être ainsi formulée:
   - Où voulez-vous aboutir?[3]
   - Qu'attendez-vous de moi?

---

[1] 1 LENHARDT V. Les responsables porteurs de sens, INSEP Éditions 1992, P. 159.
[2] En ce qui concerne le kinésithérapeute, l'environnement peut aussi être l'environnement physique, par exemple l'aspect ergonomique du poste de travail et les conséquences que cela entraîne; ce qui peut conduire à une consultation de la médecine du travail pour un aménagement de ce poste de travail.
[3] cf. les éléments à prendre en compte dans la définition de l'objectif développés dans notre précédent article.

5. C'est alors que peut être défini le *«contrat»*, cinquième étape du parcours préalable, où l'on va tenter de se mettre d'accord sur ce qu'on peut raisonnablement se fixer comme objectif et de définir les rôles respectifs du coach et du client.[4]
   Sans pousser trop loin l'analogie, il est facile de constater combien le respect de ces 5 étapes peut aider le soignant dans l'attitude qu'il devra avoir avec son patient: Il pourra ainsi prendre conscience de ce que, parallèlement au traitement,
   - certains auront surtout besoin d'informations claires et précises aussi bien sur ce qu'il en est de leur maladie que d'explications sur les techniques mises en œuvre par le thérapeute,
   - d'autres d'être rassurés,
   - d'autres, d'être encouragés et stimulés,
   - d'autres d'ajuster leurs objectifs à la réalité.

   Beaucoup le feront intuitivement, mais le souci d'aller vite en besogne peut amener à court-circuiter l'une ou l'autre de ces étapes et à ne pas se donner le plus possible de chances d'une participation active du sujet à sa guérison.
   Il va également de soi que l'une ou l'autre de ces questions peuvent être réitérées (aussi bien en coaching qu'en thérapie) pour faire le point à un moment ou à un autre du traitement, surtout si le thérapeute (ou le coach) s'aperçoit qu'il y a un blocage.

Différences

Bien sûr, s'il y a des analogies, il y a aussi des différences: Alors que l'objectif du coach est essentiellement d'amener son client à trouver lui-même les réponses à ses questions, en évitant de lui donner des conseils, il va de soi que le soignant a des conseils à donner à son patient et un traitement spécifique à appliquer. Il n'en reste pas moins, comme nous l'avons signalé que, pour amener ce dernier à collaborer à sa guérison, la prise en compte de la situation dans sa totalité et la collaboration des deux parties à l'atteinte des objectifs valent pour l'un et pour l'autre.

Dans toute relation d'aide, il y a ce que chacun y apporte. Nous avons, certes, un savoir et une technique, mais nous véhiculons aussi, sans parfois nous en rendre compte, tout ce que nous sommes. C'est ce qu'un autre aspect du coaching (le «vrai», pas les caricatures que nous en montrent parfois certains médias) tend à mettre en évidence en invitant le coach à se poser un certain nombre de questions:

- Qui suis-je, moi qui prétends aider l'autre?
- Qu'en est-il des préjugés que je peux avoir sur tel ou tel type de personne? sur ce qu'il manifeste, sur ce qu'il représente pour moi?
- Suis-je prêt à l'accueillir comme il est, sans jugement, à l'écouter vraiment?
- Je le trouve un peu trop stressé... qu'en est-il de mon stress personnel?

Les émotions sont contagieuses. Comment est-ce que je gère mes angoisses et mes peurs?

CONCLUSION

Bien sûr, ni le coach, ni le thérapeute ne peuvent atteindre la parfaite sérénité, mais la recommandation faite au coach de se ressourcer, de se préparer «en coulisse»[5]

- en évacuant le plus possible de son esprit tensions mentales, préjugés et vérités toutes faites,
- en veillant à détendre son corps et à ouvrir son cœur,
- en étant prêt à accueillir l'inconnu et le mystère de chaque rencontre, me semble le préalable à tout accompagnement qui se veut constructif.

LITÉRATUR

1. *LENHARDT V* (1992): Les responsables porteurs de sens, INSEP Éditions.

[4] Pour le traitement en kinésithérapie, les partenaires peuvent être plus nombreux. Pas seulement le soignant et son patient mais aussi les autres professionnels de la santé avec lesquels il peut être important d'échanger des informations, voire d'instaurer une collaboration.

[5] cf. LEBLANC-HALMOS B. «Les bottes secrètes du coaching» (notes prises à un séminaire portant ce titre, dispensé en 2004 et n'ayant pas donné lieu à une publication).