

Entretien préalable

Module 2

“Bonjour, merci de m’avoir contactée.

Avant de vous inviter à vous présenter et me parler de votre objectif, de ce qui vous amène au coaching, je souhaite déjà vous dire quelques mots sur moi, mon parcours et ma pratique du coaching.

Ça vous convient ?

- (...)

Donc je me présente, je suis Mylène Muller, je suis coach depuis maintenant 2015. Ce qui me plaît particulièrement dans le coaching, c’est l’idée d’accompagner l’autre à se connecter à ses ressources. Je suis toujours guidée par cette idée que chaque personne a une lumière particulière, et de nombreuses ressources pour créer la vie qui lui ressemble.

La méthode de coaching que j’utilise s’appelle le Coaching de l’Alignement au Projet, c’est un coaching qui considère qu’au-delà de résoudre des problèmes, on peut faire bien plus que cela, en accompagnant l’autre à créer ce qu’il veut créer, et à être qui il veut être.

C’est un coaching qui va vous aider à résoudre le problème que vous rencontrez, mais au-delà, à vous connecter à votre plus belle vision de vous-même.

Est-ce que vous êtes prête à faire cela ?

- (...)

Quelques mots pour finir ma présentation sur le parcours de coaching qu’on va suivre ensemble : je vous propose qu’on se rencontre pour des séances d’1h à 1h30, une fois toutes les trois semaines.

Le processus de coaching dure habituellement entre 6 et 10 séances - cela va dépendre de notre exploration, de l'évolution de votre objectif et du temps que nous allons prendre pour dessiner et créer ce que vous souhaitez créer.

On va avoir un fil directeur pendant ce parcours de coaching, c'est la boussole de l'Alignement. C'est un outil propre à cette approche, qui va vous permettre de matérialiser votre cheminement, et que vous pourrez garder avec vous à la fin du parcours.

(On pourra lui présenter mieux lors de la séance 1)

Pendant les séances on aura recours à différents outils : questionnement, jeux de rôle, pratiques de visualisation, grilles d'observation, tenue de journal de bord... On préparera également ensemble à chaque fin de séance un plan d'actions jusqu'à la séance suivante.

Avez-vous des questions sur cette approche du coaching, sur le processus ?

- (...)

Si cela vous intéresse et que vous le souhaitez, je pourrai vous donner des ressources pour en savoir plus sur le processus qu'on va suivre à la fin de cet entretien.

Si c'est OK pour vous, je vous invite à vous présenter en quelques phrases : vous pourriez par exemple m'expliquer quelle est votre situation actuelle, et surtout, ce que vous aimeriez atteindre.

- (...)

Avez-vous déjà expérimenté le coaching ? Ou d'autres formes d'accompagnement ?

- (...)

(Prendre des notes pendant qu'elle se présente)

Je vous remercie pour cette présentation.

A présent ce que je vous propose, c'est de prendre un temps de pause et d'écouter ce qui se passe en vous.

Demandez-vous par exemple si vous vous sentez à l'aise avec moi, si vous sentez que vous allez pouvoir communiquer efficacement.

Si vous vous sentez prêt.e à vous engager dans un processus de coaching tel que celui-ci.

- (...)

Prenez le temps nécessaire : si besoin, vous pouvez me recontacter le moment venu pour ouvrir le processus.

- (...)

Je vous propose à présent qu'on clôture cette séance.

Si elle souhaite s'engager et démarrer > prendre son adresse mail pour lui envoyer formulaire + roue.

Si elle souhaite prendre le temps > l'inviter à nous recontacter le moment venu.