

Relation Coach - Coaché

Module 2

Exemple 2 : Extrait de séance où le coach devient le sauveur

**Extrait d'une séance où le coach va devenir le sauveur du coaché (triangle de Karpman)
Le coaché a exposé au coach un problème relationnel avec un de ses collègues de travail.**

Qu'est-ce qui selon vous ne fonctionne pas dans votre relation avec votre collègue de travail ?

- *Je pense qu'il ne me considère pas, il ne m'a jamais considéré d'ailleurs. Il me parle toujours comme si je ne comprenais pas les directives de notre hiérarchie. Je me sens soumise depuis le début et cela n'a fait que s'accroître avec le temps ...*

Qu'est-ce qui, selon vous, vous permettrait de sortir de cette relation ?

- *Je ne sais pas malheureusement... Cela fait tellement de temps que cela dure que pour moi, il n'y a pas d'issue à cette relation conflictuelle.*

Je comprends que cela soit difficile pour vous, mais quelles ressources pourriez-vous utiliser pour sortir de cette relation ?

- *Je ne sais vraiment pas La coaché se met à pleurer*

Le coach est dépourvu face à cette émotion et va poser une question qui va le faire entrer dans le rôle de sauveur.

Comment pourrais-je faire pour vous aider à sortir de cet état ?

- *Vous pourriez me donner des conseils. Que dois-je faire selon vous ?*

Si le coach commence à donner son point de vue, des conseils, il ne va plus être dans sa posture de coach. Il se sent dépourvu face aux pleurs de la cliente, donc il adopte une posture de sauveur.

Il aurait pu simplement, accueillir l'émotion avec la cliente, l'inviter à repenser à une expérience passée pour qu'elle puisse trouver des solutions dans cette expérience ressource.

Il est important de recadrer sur la responsabilité du client.

Pour ne pas entrer dans un triangle dramatique, cultiver sa posture et son alignement de Coach.