

## Coaching : évolution de la profession et portrait du coaché



**Martine Lemonde**

Présidente-directrice générale  
C.O. organisationnelle, CRIA

**Selon l'étude nationale sur le coaching qu'a menée en 2016 la Fédération internationale de coaching, on retrouve environ 57 100 coachs à travers le monde. L'étude rapporte une augmentation d'environ 20 % des « praticiens » coachs depuis 2011. Le développement de la pratique du coaching par le gestionnaire a forcé les responsables du sondage mondial à présenter des données les concernant. Il semble en effet qu'environ 11 000 gestionnaires et/ou professionnels des ressources humaines utilisent régulièrement des outils de coaching dans leur pratique de gestion.**

Environ 70 % des coachs ayant participé à l'étude voient le coaching comme une profession alors que 57 % des gestionnaires ou des professionnels en ressources humaines qui utilisent le coaching voient plutôt cette pratique comme un ensemble de compétences qu'ils peuvent utiliser dans leur quotidien.

### Les coachs

Mondialement, 67 % des coachs professionnels et 66 % des gestionnaires et professionnels des ressources humaines utilisant le coaching sont des femmes. L'Asie est le seul pays où les hommes sont plus présents comparativement aux autres continents.

En ce qui concerne le nombre d'années d'expérience à titre de coachs, 27 % ont plus de 10 années d'expérience, 30 % entre 5 et 10 années d'expérience, 19 % entre 3 et 4 années d'expérience et 23 % ont 2 ans et moins d'expérience.

Des coachs professionnels, environ 80 % agissent à titre de coachs « externes » et ont un statut de travailleur autonome. Environ 6 % occupent un poste salarié dans une organisation et 15 % travaillent à l'externe et à l'interne.

Les coachs dits « externes » consacrent la plus grande partie de leur temps à quatre activités : offrir des services de coaching (38 %), développer leur pratique (17 %), s'occuper d'eux en pratiquant la méditation ou des exercices routiniers (15 %) et développer leurs compétences professionnelles (12 %).

### Dans ce numéro

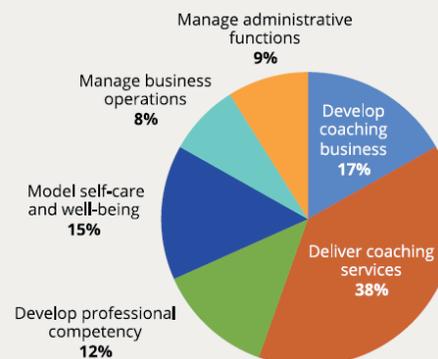
Coaching : évolution de la profession et portrait du coaché

Un leadership inspirant grâce à la conscience de soi

Événements à ne pas manquer!

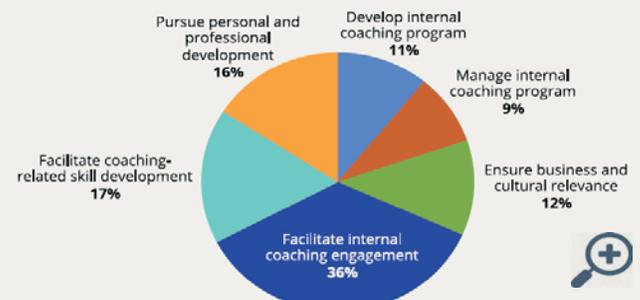
Découvrez nos formations et services

### Allocation of time working as an external coach practitioner



Les coachs internes consacrent leur temps à offrir ou à évaluer les services de coaching (36 %), à réaliser des analyses de besoins et à développer ou à animer des activités de formation (17 %) et à développer ou à maintenir leurs compétences à jour (16 %).

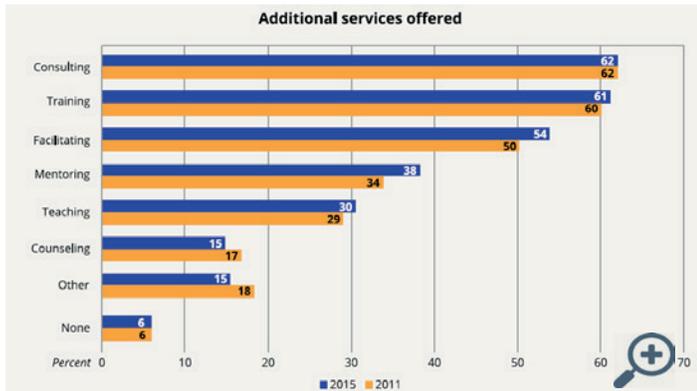
### Allocation of time working as an internal coach practitioner



## Coaching : évolution de la profession et portrait du coaché

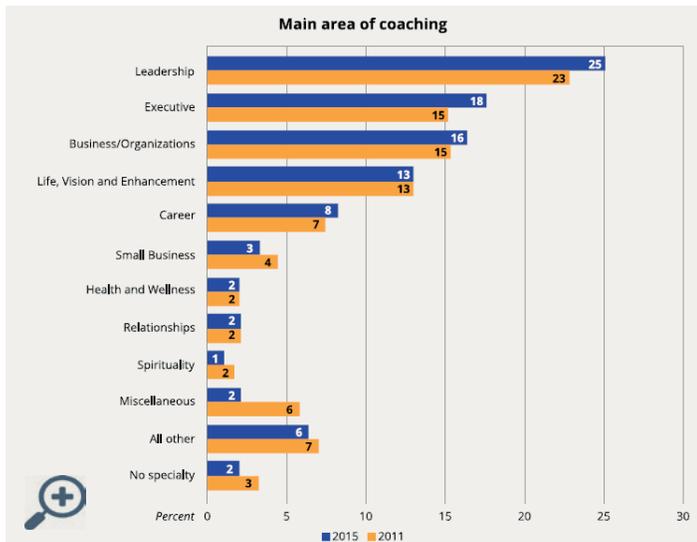
Suite de la page 1 ►►►

Comme en 2011, presque tous les coachs professionnels (94 %) offrent un ou plusieurs services en plus du coaching. Le tableau ci-dessous présente les divers services offerts.



La majorité des coachs utilisent plus d'une méthode pour réaliser les séances de coaching, c'est-à-dire en personne, au téléphone ou par l'entremise de logiciels pour réunions à distance.

Depuis 2011, le coaching d'affaires (*leadership, executive, business/organisation*) demeure le créneau le plus répandu chez les coachs.



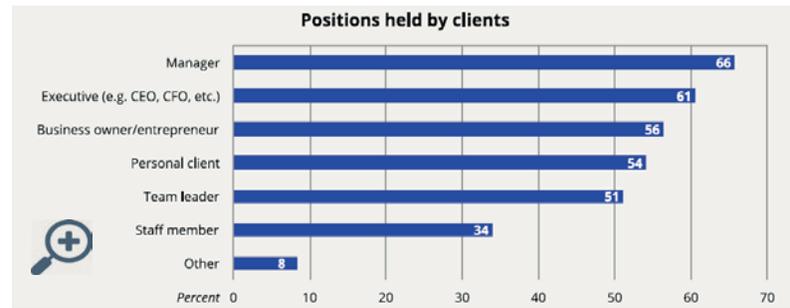
Selon les données rapportées dans l'étude, le revenu de ces coachs est plus élevé que celui des autres coachs. Les coachs membres d'au moins un ordre ou une association professionnelle déclarent également un revenu annuel provenant des activités de coaching plus élevé. Ceux ayant des qualifications reconnues par une association en coaching affichaient un taux horaire plus élevé.

### Les coachés

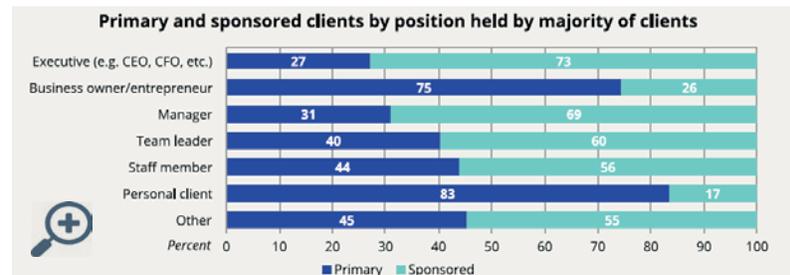
Bien qu'un peu plus de femmes (54 %) choisissent d'utiliser les services d'un coach, les hommes (46 %) sont bien présents.

Selon la grande majorité des coachs (77 %) et des professionnels des ressources humaines et des gestionnaires qui utilisent le coaching (72 %), les coachés s'attendent à ce que leur coach soit certifié ou qu'il possède certaines qualifications en coaching.

Les gestionnaires, les hauts dirigeants et les entrepreneurs sont ceux qui bénéficient le plus souvent des services de coaching.

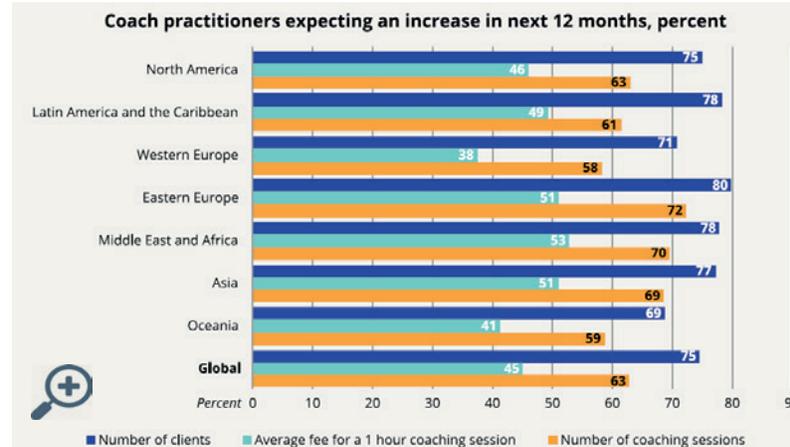


Le tableau suivant présente qui défraie le coût des séances de coaching. Les entrepreneurs et les individus référés directement payent plus souvent eux-mêmes les services reçus. Les services de coaching reçus par les gestionnaires, les hauts dirigeants, les chefs d'équipe et les autres membres du personnel sont plus souvent assurés par l'organisation.



### Évolution du marché à venir selon les coachs

Mondialement, les coachs (75 %) prévoient une augmentation du nombre de clients et une augmentation du nombre de sessions par client (63 %) pour les 12 prochains mois. L'Europe de l'Est, le Moyen-Orient, l'Afrique et l'Asie prévoient la plus forte croissance.



Si vous êtes à considérer une carrière en coaching, nous espérons que ces informations feront avancer votre réflexion. Si vous êtes coach professionnel, nous souhaitons qu'elles guident vos activités de développement des affaires.

# Un leadership inspirant grâce à la conscience de soi



Michèle Cyr, B.Com. CPA, CA, PCC

Coach exécutif et d'affaires, auteure et conférencière  
[www.leretouralsource.com](http://www.leretouralsource.com) / [www.novoleader.com](http://www.novoleader.com)

**Pour être un leader inspirant, que ce soit en tant que gestionnaire, coach, conjoint, ami ou parent, la conscience de soi est indispensable. Concrètement, cela nécessite d'avoir une bonne connaissance de ce que nous portons en nous comme croyances et qui nous font réagir (c.-à-d. nos déclencheurs), nuisent à nos relations et nous empêchent d'avoir la clarté nécessaire pour poser des actions justes.**

Pour comprendre l'importance de cette conscience de soi, voici un principe important à connaître : **nous voyons ce que nous voulons voir**. Nos croyances influencent notre perception d'une situation, donc notre interprétation et notre réaction. Il est donc important de conscientiser les croyances, issues entre autres de notre éducation, de nos expériences, qui sont en jeu lorsque nous réagissons de façon « inappropriée » à une situation ou à une personne. Cette conscience de soi favorise une meilleure maîtrise de soi et de meilleures relations interpersonnelles et donc un leadership inspirant.

Pour nous assurer de préserver la qualité de nos relations, de poser le geste juste et d'inspirer, utilisons le recadrage conscient, un outil puissant présenté dans [Adieu ego, bonjour Esprit](#).

Allons comprendre comment à partir d'un exemple concret.

Situation : Serge, gestionnaire de projets, reçoit un commentaire négatif de son patron sur le projet en cours, qui a pris du retard. Il est en colère, devient anxieux et trouve que ce commentaire est injuste. Il va aussitôt voir son équipe et la blâme de ne pas avoir contribué suffisamment au projet.

## Que s'est-il passé?

Serge a fait de la projection. Il a « projeté » une croyance qu'il porte en lui sur le commentaire de son patron. D'abord expliquée par Freud, la projection est un mécanisme de défense naturelle (quoique généralement inconscient) auquel on recourt pour éviter de ressentir une émotion douloureuse. Ce mécanisme nous amène à projeter nos propres sentiments (généralement négatifs ou perçus comme tels) sur une autre personne (ou une situation) pour éviter de plonger dans une situation émotionnelle intolérable. Comme nous n'acceptons pas ces sentiments ou sensations, nous les « projetons » sur l'autre pour ne pas les ressentir.

Tout le monde fait de la projection. Comme elle est souvent inconsciente, nous ne réalisons pas que nous la pratiquons. Nous pensons alors que les événements ou les personnes sont responsables de notre état d'être négatif. **En fait, la projection modifie notre perception et notre interprétation des événements qui, elles, influencent notre réaction.**

Suite à la page 4 ►►

## ÉVÉNEMENTS À NE PAS MANQUER!

C'est sous le thème « **Inspirer. Innover. Déclencher. Le coaching à son meilleur!** » que se tiendra le prochain congrès annuel d'ICF Québec les 9 et 10 novembre 2017.

INSPIRER.  
INNOVER.  
DÉCLENCHER.  
LE COACHING À SON MEILLEUR

CONGRÈS ICF QUÉBEC  
9 ET 10 NOVEMBRE 2017  
HÔTEL MORTAGNE, BOUCHERVILLE

ICF Québec  
International Coach Federation  
Fédération internationale des coachs

Un programme riche en coaching vous attend! Des conférences enrichissantes, des ateliers pratiques et interactifs avec démonstrations de coaching.

Réservez votre place!

## Un leadership inspirant grâce à la conscience de soi

Suite de la page 3 ►►►

Malgré cette réaction initiale, comme Serge est un leader conscient, il fera une petite introspection pour déceler ce qui est en jeu. Voyons comment il procède :

De retour à son bureau, Serge observe que sa réaction est « inappropriée » et fait une petite introspection. Il réalise qu'elle vient d'une projection, car il ne veut pas ressentir de la souffrance d'une croyance qu'il a depuis son enfance, c.-à-d. « qu'il n'est jamais à la hauteur », et qui affecte son estime de soi. Dans le fond, c'est comme un appel à l'aide, un cri du cœur! Le commentaire de son patron a réactivé cette croyance et l'a remis en contact avec la souffrance associée.

Comment se sortir de ce cercle vicieux? Respirer, respirer et respirer encore! Ensuite, se connecter à sa sagesse interne et demander de l'aide pour se libérer de l'emprise de cette croyance et voir l'événement autrement afin d'adopter une autre perception de la situation. Cela permet de se calmer et d'atteindre la clarté nécessaire pour être guidé à poser le geste juste.

En se connectant à sa sagesse interne, Serge reste calme et attentif à ce qui se présente à lui. Il se rappelle que son patron subit lui aussi de la pression. Sans savoir ce que son supérieur vit intérieurement, il décide de voir la réaction de son patron comme une forme d'appel à l'aide, un cri

du cœur, tout comme sa propre réaction. Ils vivent la même chose!

Il commence à ressentir de la compassion, de la complicité. Il se sent plus serein et en paix grâce à cette nouvelle perception. Cela jette une lumière différente sur la situation et lui apporte de nouvelles lunettes, grâce auxquelles son attitude face à la colère de son patron est complètement modifiée.

Lorsque nous identifions la croyance en jeu, dès lors, nous regagnons la maîtrise de notre état d'être, car elle perd de son emprise. De la colère, du blâme ou de la peur, on passe au calme intérieur, qui favorise l'accès à notre intuition pour recevoir l'action à poser. Voici comment cela se passe pour Serge :

Il revoit le plan de match du projet, s'excuse auprès de son équipe et discute avec elle pour convenir de solutions qui permettront de rattraper le retard. Il présente le plan révisé à son patron, s'excuse du retard, lui explique les circonstances et lui fait part des apprentissages qu'il en a tirés : mieux communiquer et demander de l'aide avant qu'il ne soit trop tard.

Satisfait du nouveau plan, son patron suggère même qu'une équipe d'un autre service lui apporte de l'aide pour accélérer le tout. Il s'excuse aussi de sa réaction de colère. Serge se sent calme et en paix.

Ainsi, il exerce un leadership inspirant par sa conscience de lui et préserve la qualité de sa relation avec son équipe et son patron.

La qualité de votre leadership dépend de votre niveau de conscience et de votre habileté à vous observer et à sonder vos croyances pour déceler lorsqu'elles sont en jeu!

Petite réflexion : quelles sont vos croyances limitantes? Pour l'un, ce sera de croire qu'il n'est jamais responsable, pour l'autre de se croire toujours responsable de tout, etc. Autant de personnes, autant de possibilités.

Reprenons les étapes pour le recadrage conscient :

1. Observer la réaction « inappropriée » à la suite d'une situation.
2. Identifier la croyance projetée sur la situation et en prendre la responsabilité de.
3. Se connecter à la sagesse interne et demander de libérer cette croyance.
4. Demander de percevoir cette situation autrement avec ouverture d'esprit.
5. Se connecter à la sagesse interne pour être guidé vers le geste juste à poser.

Munie d'une qualité de présence pour s'observer au bon moment et modifier notre réaction, la conscience de soi est un atout important pour un leadership inspirant. Expérimentez-le, vous verrez par vous-même.

## ÉVÉNEMENTS À NE PAS MANQUER!



### Vous habitez QUÉBEC ou les environs?

Profitez de notre séance d'information pour venir poser toutes vos questions et identifier vos besoins en matière de formation ou de démarche de coaching.

Venez nous rencontrer! Amenez vos collègues et amis.



## DÉCOUVREZ NOS FORMATIONS ET SERVICES

### Formation en coaching ACTP, ACSTH

#### ▶ PECP – Programme d'Entraînement au Coaching Professionnel

Pour devenir coach certifié ou acquérir des compétences essentielles en coaching en vue d'accompagner des personnes ou des équipes.

#### ▶ PECP – Concentration en coaching exécutif

Pour développer des compétences spécifiques en coaching exécutif.

### Formation continue pour les coachs CCE

#### ▶ Certification CoachingOurselves

Pour agir comme facilitateur certifié CoachingOurselves auprès de groupes d'apprentissage par les pairs.

#### ▶ Introduction au coaching de groupes et d'équipes

Pour acquérir un ensemble de techniques et d'outils permettant d'offrir des services de coaching de groupes et d'équipes.

### Ateliers pour gestionnaires

#### ▶ PEGC – Programme d'Entraînement pour Gestionnaires-Coachs

Pour apprendre à coacher vos collaborateurs à exceller et ainsi améliorer l'efficacité au sein de l'équipe. Pour développer l'attitude coach.

### Mieux se connaître pour être leader

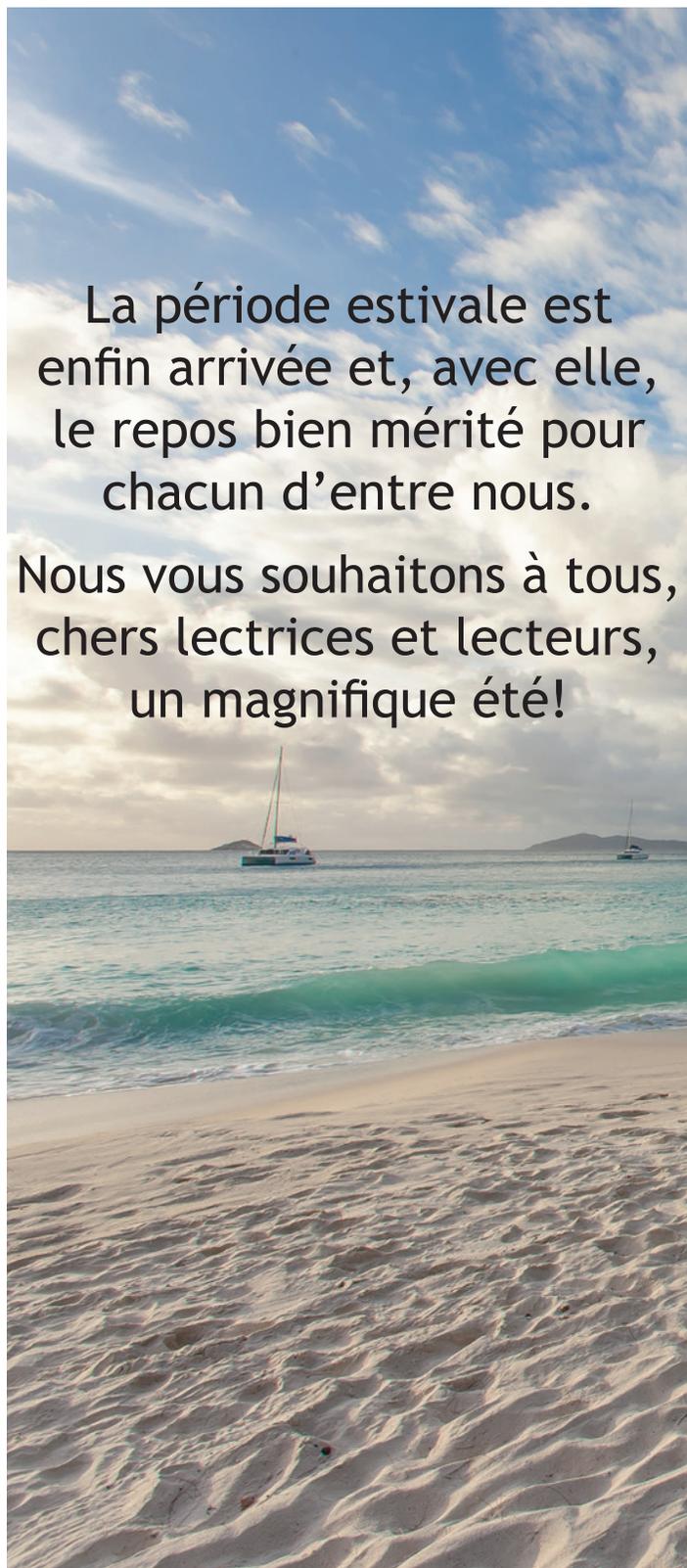
#### ▶ Leadership, au cœur du capital humain

Programme personnalisé pour mieux se connaître et favoriser le développement de son leadership.

### Services de coaching personnalisé

#### ▶ SDC – La Société des coachs

Nous mettons à votre disposition une équipe de coachs certifiés et expérimentés aux profils variés.



La période estivale est enfin arrivée et, avec elle, le repos bien mérité pour chacun d'entre nous.

Nous vous souhaitons à tous, chers lectrices et lecteurs, un magnifique été!



Téléphone : +1 514 735-9333 ou 888 764-3623  
Télécopieur : +1 514 735-9333  
Courriel : [info@coaching.qc.ca](mailto:info@coaching.qc.ca)  
Site Internet : [www.coaching.qc.ca](http://www.coaching.qc.ca)

Accessible gratuitement, Coach Efficace est un bulletin périodique publié sur Internet à l'intention des leaders qui pratiquent le coaching. © Les droits de reproduction sont réservés. ISSN – 1499-3422

Dépôt légal : Juin 2017 (BAC et BNQ). Le genre masculin est utilisé sans discrimination, uniquement dans le but d'alléger le texte.

Éditeur :  
Coaching de gestion inc.

Gestion :  
Michèle Ferland  
([info@coaching.qc.ca](mailto:info@coaching.qc.ca))

Rédactrice :  
Germaine Lalonde  
([glalonde@coaching.qc.ca](mailto:glalonde@coaching.qc.ca))

Révision linguistique :  
Émilie Maheux