

Liaisons intimes



Par Denise Papineau

Les résolutions

Quoi de plus approprié, en ce début de nouvelle année, que de méditer sur nos prochains défis personnels et professionnels? En ce temps de résolutions pieuses et bien intentionnées, nous nous arrêtons souvent à choisir de stopper un comportement inadéquat, enrayer une mauvaise habitude, adopter une meilleure routine, améliorer une pratique,

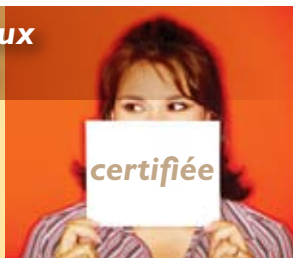
acquérir de nouvelles compétences, accroître ses connaissances... Tous ces objectifs sont tout à fait louables et contribuent à améliorer notre vie et, espérons-le, celle des gens qui nous entourent. Mais sont-elles toujours prises pour les bonnes raisons?

Pour vous assurer que vos résolutions sont bien alignées et favoriser une plus grande chance de succès, je vous propose le questionnaire suivant :

- ◆ Depuis quand vous êtes-vous arrêté à réfléchir sur vos valeurs et vos principes?
- ◆ Sur ce qui est véritablement important pour vous?
- ◆ À ce qui donne un sens à votre vie?
- ◆ À ce qui vous est le plus cher?
- ◆ Ce pour quoi vous avez de l'admiration?
- ◆ Ce qui vous inspire et vous donne des ailes?
- ◆ Ce que vous aimez faire le plus et le mieux?
- ◆ Ce qui vous guide quand vous avez d'importantes décisions à prendre?
- ◆ Ce qui vous rassure dans les plus grands moments de tourmente?
- ◆ Quelle empreinte vous aimeriez laisser en souvenir à vos successeurs?

Félicitations à nos nouveaux télé-formateurs certifiés !

France Asselin Ghyslain Lévesque
Hélène Bouchard Valérie Ogier
Iréna Dubois Francine Provost



Devenez télé-formateur certifié en participant au prochain Programme d'Entraînement à la Télé-Formation en février 2007.

Pour en savoir plus :

<http://www.coaching.qc.ca/fr/petf/default.asp>

Les valeurs

Vos valeurs et vos principes sont intimement liés à votre identité profonde et devraient être la source d'inspiration pour déterminer vos nouveaux défis. Si ces derniers sont connectés sur vos valeurs les plus profondes, vous avez sagement plus de chance de tenir le coup et d'atteindre vos objectifs.

Le Petit Larousse définit le mot VALEUR comme étant « ce par quoi on est digne d'estime sur le plan moral, intellectuel, physique... » ou encore « ce qui est posé comme vrai, beau, bien, selon des critères personnels ou sociaux et sert de référence, de principe moral ».

Vos valeurs sont votre étoile polaire. Elles vous permettent de garder le cap sur la route à suivre et les actions à prendre pour vous rendre à destination. En dehors d'elles vous pourriez bien vous égarer et mener tout l'équipage vers la dérive.

Le modèle CA

Toute l'année, les conseils d'administration adoptent des résolutions et les réalisent les unes après les autres. Quel est cet élément de réussite si simple en entreprise et qui semble un exploit dans un défi plus personnel? Une résolution d'entreprise s'inscrit dans une mission plus grande, bien au dessus du geste isolé, de l'action ponctuelle. Il devrait en être de même pour nos résolutions personnelles. Pour appliquer ce principe : prenez le temps de réfléchir à votre vision de l'avenir, précisez votre but à atteindre.

Un peu de stratégie... Prenez du recul face aux problèmes quotidiens et examinez de près vos projets d'avenir. Ensuite, déterminez les changements à apporter dans votre vie personnelle ou professionnelle :

- ◆ Qu'est-ce qui accroche? Où souhaitez-vous une transformation? Dans votre environnement, vos comportements, vos aptitudes, vos attitudes, vos convictions, vos valeurs, vos croyances?

Et qu'allez-vous faire dès maintenant pour y arriver :

- ◆ De plus? En moins?
- ◆ De nouveau? De quelle manière?
- ◆ Avec qui? À quel moment? Dans quel environnement?
- ◆ Pour quelles raisons? Dans quelles conditions?

Une action nouvelle marque un point donné sur la ligne du temps. Elle est un pas fait aujourd'hui vers le rêve que poursuivez à long terme. Pour avoir un sens, elle doit s'inscrire dans le cadre d'un projet, d'une mission à accomplir.

H-PCI Votre partenaire de réussite

Développer sa compétence interculturelle afin d'optimiser sa performance

- ◆ De la culture à la relation interculturelle
 - ◆ De la relation interculturelle à la communication interculturelle
 - ◆ Comment dépasser le choc culturel
- ◆ La relation interculturelle France-Canada

Devenez autonome dans la gestion de la diversité!

Nouvelle formation comprenant six télé-classes hebdomadaires d'une heure se tiendra de Février à Avril 2007

Inscription avant le 31 janvier 2007

Pour information : (514) 831-9383
Courriel : hamezpsy@ca.inter.net
www.hamez-psycoachinginternational.com



Entraînements et ateliers

Programme d'Entraînement au Coaching Professionnel (PECP)

Le PECP s'adresse aux francophones de tous les pays qui veulent devenir coachs professionnels. Le programme est centré sur la pratique et la discussion, et fait appel à l'autodidaxie. Le PECP conduit à une certification admise pour les reconnaissances professionnelles de l'ICF.

Début en télé-formation : janvier 2007

Pour en savoir plus : <http://www.coaching.qc.ca/fr/pecp/pecp.asp>

Programme de Perfectionnement en Coaching Professionnel

Vous êtes déjà coach et vous désirez vous perfectionner en coaching? Choisissez les modules du Programme d'Entraînement au Coaching Professionnel qui vous intéressent. Obtenez ainsi des heures approuvées d'entraînement au coaching (ACSTH) admissible pour l'accréditation portfolio par l'International Coach Federation, ou encore des unités d'entraînement continu en coaching (CCEU) admissible pour le renouvellement de votre accréditation ICF. Pour connaître les choix de modules qui s'offrent à vous : <http://www.coaching.qc.ca/fr/pecp/modules.asp>

Programme Avancé de Communication en Management

Le PACM un programme intégré de développement et d'amélioration des compétences en gestion. Il est destiné aux managers de tous les niveaux convaincus de l'importance dans la communication en gestion et désireux de progresser dans la Gestion Nouvelle Génération. Le programme est offert en inter-entreprises ou intra-entreprise ou en télé-ateliers. Prochaines sessions interentreprises :

Montréal : les mercredis 31 janvier, 14 février et 28 février.

Gatineau : les vendredis 9 février, 16 février, 2 mars (en français) ou les jeudis 8 février, 15 février et 1 mars (en anglais).

Pour en savoir plus : <http://www.coaching.qc.ca/fr/pecg/default.asp>

Atelier de pratique du coaching professionnel : Le coaching de groupe

Dates : 16 février et 2 mars 2007

Coût : 595 \$ (taxes en sus)

Lieu : Drummondville

Pour plus d'information : <http://www.coaching.qc.ca/fr/ateliers.asp>

Espace ZEN

« Il faut sonder son cœur en profondeur car c'est de là que découlent toutes les réponses de notre vie. »

Stephen R. Covey, *Les sept habitudes de ceux qui réalisent ce qu'ils entreprennent*, p.21

Caractéristiques d'un patron juste *

- ◆ Prend en compte le point de vue de son équipe
- ◆ Est capable de supprimer ses biais personnels
- ◆ Informe rapidement de ses décisions et leurs implications
- ◆ Traite son équipe avec gentillesse et considération
 - ◆ Respecte les droits des employés
- ◆ Est, autant que possible, franc avec son équipe

* Robert Moorman, prof. de marketing, Université Creighton, Nebraska. American Journal of Public Health, 2002.

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 : Décembre 2006 (BAC et BNQ)

Le genre masculin est utilisé sans discrimination, uniquement dans le but d'alléger le texte.

Éditrice : Nadine McPhail-Fortin (nmcphail@coaching.qc.ca)

Rédactrice : Denise Papineau (dpapineau@coaching.qc.ca)

Révision linguistique : Germaine Lalonde (glalonde@coaching.qc.ca)



DE GESTION INC.
L'INSTITUT POUR LE DÉVELOPPEMENT
DU POTENTIEL HUMAIN

37, Place de la Rochelle, Sainte-Julie (Qc) Canada, J3E 3G2
Téléphone : (514) 735-9333 ou 1-888-764-3623
Télécopieur : (450) 649-6372
Courriel : info@coaching.qc.ca
Site Internet : www.coaching.qc.ca