

PAROLES DE COACH... PAROLES DE COACH... PAROLES DE COACH...

...RUMEUR QUAND TU NOUS TIENS...

D'où vient la rumeur ?

Qui a intérêt à la propager ?

Quel en est son objectif principal ?

Quelle est ma part de responsabilité ?

Que dois-je faire, quelle est la meilleure tactique ?

Comment puis-je m'en sortir dignement et positivement?... sont autant de questions que se pose l'individu, ou la Société, sources de la rumeur...

Directement ou indirectement, nous avons pu y être confrontés !

Voici un exemple traité sous un mode coaching, qui peut vous permettre de vous sensibiliser ou de vous préparer à réagir de façon positive.

- Jacques est consultant dans un grand groupe Parisien. Son profil, plutôt généraliste, « ne convient plus, soi-disant » aux besoins actuels de son entreprise, et son supérieur hiérarchique entretient une « stratégie de déstabilisation » à des fins de rupture de contrat. Il nous dit : « J'ai vécu des moments difficiles, et une remise en cause profonde lorsque j'ai appris la rumeur me concernant sur l'inadéquation de mon CV aux besoins des clients. Pour moi, cela a été un choc de l'entendre si brutalement de la bouche de mon manager, et il m'a fallu du temps pour en comprendre la finalité : me faire démissionner en m'humiliant. J'ai décidé alors de prendre les choses en main, et de faire appel à une ressource externe. »

L'apport du coaching a été le suivant :

- « Le fait d'initier cette démarche, dit le coach de Jacques, était déjà une avancée, un engagement de la part de Jacques envers lui, pour améliorer sa position actuelle. Notre accompagnement a consisté à transformer une situation négative en opportunité de développement basée sur l'analyse du présent, sur le recentrage du potentiel de Jacques et sur ses envies pour construire un véritable projet.

Pour cela, nous avons travaillé sur les axes suivants :

1. *Dé-dramatiser la situation, rester sur l'analyse des faits, avec pour objectif de resituer la rumeur dans son vrai contexte :*

C'est quoi ? Qui ? Combien de fois ? Quand ? Quelles sont les opportunités, les menaces ? Quelles croyances se cachent derrière ? Quelle est ma part de responsabilité ? Quelles sont les contradictions de la rumeur ? etc.

2. *Retrouver un climat de confiance :*

Quels sont mes alliés ? Quelles sont mes valeurs ? Mes acquis ? Comment puis-je assumer les effets de cette rumeur ? Comment apprivoiser mes peurs, mes blocages ?

3. Se centrer sur une énergie positive :

Qu'est-ce qui me donne ou me « pompe » de l'énergie ? Qu'est-ce qui me fait plaisir ? Quelle est ma vision, mon projet de vie ?

4. Etre ouvert à la négociation, et saisir les opportunités de cette situation :

Quel est mon objectif pour me sortir de cette rumeur ? Comment puis-je instaurer un climat Gagnant-Gagnant avec mon manager ? Qu'est-ce qui est important pour mon employeur, pour moi ? Quel délai je me fixe pour atteindre mon objectif ? ».

- « L'apport du coach dans cette « tourmente » que j'ai vécue et que je vis encore, dit Jacques, me permet de relativiser les événements, de reprendre confiance en moi et de bâtir de nouveaux projets professionnels dans le respect de moi-même et de mes valeurs. Le coaching me permet de reconquérir, voir d'acquérir de nouvelles forces pour me faire respecter lors des négociations, en restant calme, serein et ouvert. »

Enfin, pour Jacques, la rumeur, (comme « le hasard ») ne fait-elle pas bien les choses, n'a-t-elle pas été une opportunité ?

Construire une stratégie gagnant / gagnant, développer la confiance en soi, construire une nouvelle approche permettant d'ouvrir de nouveaux possibles, bâtir un plan d'actions après avoir clarifié son objectif et le résultat à atteindre sont autant de sujets à travailler en coaching.

Etre coaché(e), c'est avant tout être accompagné(e) par un partenaire de votre réussite. Il vous apporte un éclairage nouveau, centré sur la personnalisation de votre action.