

Clore

Merci à coach'abondance d'oser observer la réalité des forces et de l'énergie que nécessiterait le développement de ce beau projet : et pour aujourd'hui, avec les regrets que je partage, mettre fin à cette aventure en ouvrant ses colonnes à ces derniers échanges en lien avec notre métier de coach.

Clore, quitter, fermer la porte font partie du travail de coaching. En tant que professionnels de l'accompagnement et du coaching, nous savons travailler sur le contact, l'inclusion, l'empathie, et tout ce qui va permettre de rejoindre notre client dans sa problématique : L'élucidation de ses processus de contacts l'évaluation de ses compétences ou l'observation de ses résistances au changement. Mais nous sommes moins formés au processus de séparation, et au sens que peut prendre l'acte de quitter (étymologiquement, c'est donner un quitus, une sorte de « bon pour accord » de se séparer).

Par exemple, Il est intéressant de s'observer dans nos processus de séparation. Qu'est-ce que je dis à la porte, lorsque je termine la dernière séance d'un coaching ? Est-ce que je laisse entrevoir la possibilité de se revoir (« À bientôt »), mais dans quelle intention je laisse la porte ouverte, au moment où justement je la ferme sur un coaching achevé ?

Est-ce que j'ouvre pour mon coaché la possibilité d'un appel au secours éventuel (« N'hésitez pas à me rappeler en cas de besoin ») comme si le coaching n'était pas suffisant ou que je ne fais pas confiance à mon coaché au point qu'il pourrait me rappeler ?

Ou bien est-ce que je quitte en toute confiance sur le travail que nous avons effectué et les ressources de mon coaché pour continuer sans moi (« Merci pour ce parcours effectué. Nous n'avons donc plus de raison de nous rencontrer à nouveau ») ?

Ou bien encore, comme je l'ai parfois entendu, un coach peut terminer autrement : « J'espère qu'à l'occasion, nous pourrons partager un café ensemble à l'extérieur ». Mais dans quelle intention faire cette proposition privée qui vient rompre le cadre professionnel ayant permis la relation ? Pourquoi vouloir modifier les règles du jeu qui ont favorisé le coaching ?

Je crois important de nous observer faire, et de vérifier comment et dans quelle intention je quitte mon client à la fin d'une séance ou d'un coaching.

Les étapes de deuils observées par Elisabeth Kübler-Ross ne sont pas ici opératoires si nous restons dans le processus d'une clôture choisie, et non subie. Ces étapes sont pertinentes dans une situation de séparation non-préparée et où la violence de la rupture a besoin des phases que ce médecin décrit pour exprimer et contenir l'émotion présente. Par contre, dans la situation de la fin annoncée et préparée de coach'abondance ou d'un coaching, il est intéressant de s'appuyer sur les apports de la Gestalt-thérapie et ce que cette approche enseigne sur les fins de cycle de contact, ainsi que sur les Gestalt inachevées pour étayer l'importance de cette phase dans le travail de coaching.

De quoi s'agit-il ?

La Gestalt va poser comme fondement que tout être se développe par son besoin « d'aller vers » dans des processus de contact, qui, s'ils sont finement observés, vont permettre de repérer les ressources mais aussi les résistances de notre client au cours du contact avec son environnement. Ce que relève la Gestalt, mais aussi les théories des systèmes, c'est le besoin de clore, d'achever, de ne pas laisser en suspens un processus de contact en cours. (Les systémiciens parleront plutôt

d'homéostasie). La clôture d'un contact, suivie d'une phase de retrait, va offrir le temps de sentir et d'exprimer l'acquis de l'expérience vécue. C'est ce que nous vivons en ce moment avec la fin de coach'abondance. Nous pouvons en faire le bilan : En quoi cette expérience nous a nourris, fait grandir, transformés. C'est une phase d'intégration de l'expérience. Elle n'est pas une fin en soi, mais va au contraire favoriser l'émergence d'un nouveau besoin, d'un nouvel « aller vers » dans un nouveau processus de contact... et peut être d'un nouveau projet de site ou autre après la mise en veille du site de coach'abondance.

C'est aussi ce que nous vivons dans le coaching. Les expériences de contact vécues en cours de séance et suffisamment assimilées vont développer notre client dans ses compétences, son intelligence des situations ou ses ressources et favoriser de nouveaux désirs ou besoins. On est au cœur des processus de croissance.

Là où un problème émerge, c'est dans ce que nous appelons « les Gestalt inachevées ». De quoi s'agit-il ?

Ce sont tous ces processus de contact au cours desquels il y a un engagement émotionnel, intellectuel, parfois physique et qui sont subitement interrompus (parce que c'est l'heure de la fin du coaching, parce que je me suis trompé dans mon agenda et qu'un autre client fait irruption, ou parce qu'émotionnellement je ne supporte pas l'intensité de ce que partage mon client). Autant de Gestalt-inachevées que notre client va aussi vivre dans ses situations professionnelles lorsqu'un dossier lui est subitement retiré ou parce qu'un entretien s'interrompt brutalement ou qu'au détour d'un couloir une critique acerbe est lancée sans possibilité de réponse ou d'éclaircissement sur ce qui vient d'être dit. Ce sont ces situations qui vont être douloureuses, parfois avec un effet traumatique, au point que le client peut éviter les situations qui pourraient favoriser à nouveau la répétition d'une Gestalt inachevée.

Notre fonction en tant que coach sera de favoriser la clôture de la Gestalt, soit dans la situation, soit en cours de séance en travaillant sur ce qui s'est passé et a été ressenti. Il sera sans doute nécessaire alors de déplier avec le client son expérience, observer les interruptions de contact et nommer les ressentis qu'il a traversés. L'intention est autant que possible de rendre notre client acteur de ce qu'il a subi, en assimilant l'expérience, c'est à dire en mettant des mots sur ce qu'il a vécu, ce que l'interruption a provoqué, voire même remémoré ou réactualisé de sa propre histoire. L'intention est ici de remettre une fluidité dans une Gestalt inachevée, qui parfois devient fixée et qui a pu faire trauma « J'ai été tellement blessé par la violence des propos du RSI qui en plus ne m'a pas autorisé à lui répondre, que je ne veux plus avoir affaire à lui et encore moins rentrer dans son bureau ! » La situation est figée, bloquée. Le travail consistera alors à déplier la situation vécue, repérer et nommer les ressentis et remettre de la mobilité dans ce contact inachevé et jusque-là bloqué. En parler, nommer les faits en séance sera une première étape ; une autre sera d'imaginer la situation autrement ; une autre sera de repérer les situations similaires réactualisées ; une autre encore sera de passer le seuil du bureau du RSI...

Encore un mot ... pour conclure ! Terminer est une attention que nous devons avoir pour construire un socle qui va favoriser l'élan vers une nouvelle Gestalt, c'est à dire, dynamiser les processus de contact, activer la dynamique de vie. Clore, et bien clore c'est être au service du vivant. Terminer une Gestalt n'est pas une fin en soi ! C'est au contraire favoriser un « aller vers » un autre contact avec son environnement.

Jean-Paul Sauzède, coach et superviseur