

Une filière de coaching va s'ouvrir prochainement au Centre de perfectionnement interprofessionnel

«Le coaching répond à un besoin»

« OLIVIER WYSER

Fribourg » Chaque personne dispose de nombreuses ressources, pour autant qu'on l'aide à exprimer son potentiel. Tel est le credo de Romain Ducret, formateur et coach professionnel depuis 26 ans. Dès 2018, le Centre de perfectionnement interprofessionnel (CPI), à Granges-Paccot, proposera une filière de formation en coaching, via l'Académie de coaching éthique, fondée par Romain Ducret. Ce dernier officiera en tant qu'unique formateur pour tous les modules de cours. Focus sur une discipline méconnue et qui a parfois mauvaise presse.

On utilise le mot coaching à toutes les sauces. Mais qu'est-ce que c'est exactement?

Romain Ducret: Même s'il est difficile de donner une définition exhaustive, on peut dire que le coaching est une intervention méthodique qui a pour but d'aider une personne à développer chez elle quelque chose qu'elle veut ou qu'elle doit développer, ou de l'aider à résoudre un problème. Les exemples sont infinis: mieux gérer son stress, ses émotions, aider quelqu'un à prendre des décisions, apprendre à mieux s'affirmer, apprendre à prendre du recul, améliorer ses compétences en communications interpersonnelles...

Vous parlez de coaching éthique... Pourquoi?

J'ai créé cette Académie de coaching éthique il y a quelques années et l'idée a toujours été de la localiser dans des instituts de formation qui ont bonne réputation. Par exemple le CPI, à Granges-Paccot, à partir de 2018. Pourquoi le mot «éthique»? Tout simplement parce qu'on utilise le coaching un peu à tort et à travers alors que c'est une méthode propre. Nous soutenons une formation en coaching pur. Sur le marché on voit un peu de tout... Il y a des formations de coaching dont on ne sait pas vraiment si c'est du leadership, du consulting, etc. Nous défendons une approche éthique du coaching.



Les participants aux cours de formation en coaching proviennent de tous les milieux professionnels. Fotolia

Si le terme de coaching est à la mode, l'intérêt pour ce genre de formation est-il grandissant?

Le coaching a souvent une mauvaise image, notamment parce que tout le monde se proclame coach sans vraiment savoir ce que c'est. Et malgré cette image, le coaching explose dans notre société depuis quelques années, tout simplement car il répond à un besoin. Les organismes publics ou les entreprises qui font appel à un coaching interne ou externe, même s'ils sont sceptiques au départ, continuent sur cette voie car nous arrivons toujours à faire progresser les personnes. Lorsqu'elles se rendent compte de ces résultats, les sociétés changent d'avis sur l'image qu'elles se faisaient du coaching. Par exemple, dans un autre institut de formation nous



«Un bon coach doit avoir envie d'aider et de comprendre»

Romain Ducret

sommes déjà à la vingtième volée... Le succès est énorme et les gens sont incroyablement satisfaits d'avoir suivi cette formation.

Comment se déroule une formation dans votre Académie de coaching éthique?

La première étape consiste en cinq modules de deux jours, espacés dans le temps... A peu près un module tous les deux mois. A la fin, les gens ont la possibilité de faire un certificat en coaching, mais ce n'est pas du tout une obligation. Après ils ont encore la possibilité de faire deux autres modules qui mènent au diplôme en coaching. En revanche nous insistons beaucoup sur le fait que pour être un bon coach il faut de la pratique et de l'entraînement.

Nous les encourageons, en cours de formation, à oser faire du coaching, même de manière informelle. Car si on ne maîtrise pas ce que l'on fait, on peut faire de gros dégâts sur la personne qui est coachée.

Un mauvais coaching peut-il faire des dégâts? Quels sont les risques?

Il faut avant tout bien connaître les limites d'intervention du coaching. Le coaching n'est pas une thérapie par exemple. Je connais des coaches qui traitent tout: une personne qui a un trouble psychique et qui n'a déjà plus d'énergie n'a rien à gagner d'une formation qui va l'épuiser davantage. On peut anéantir totalement cette personne. Si une personne sent qu'elle a des risques d'épuisement profes-

sionnel, de burn-out, le coaching pourra être une réponse appropriée car on va pouvoir prévenir les troubles. Par contre si une personne est déjà en dépression on va plutôt essayer de la faire réfléchir et l'amener à en parler à son médecin par exemple. Je collabore d'ailleurs de plus en plus souvent avec des médecins et des psychiatres. Le coaching n'est pas toujours la méthode efficace à tous les problèmes. Il faut parfois, avec empathie, amener une personne à consulter un médecin. On peut alors accompagner cette personne en parallèle et ça donne des excellents résultats.

Quelles sont les qualités indispensables pour être un bon coach?

Il faut en premier lieu comprendre comment fonctionne un être humain. C'est tout bête mais sans cela il est impossible de faire du coaching. Nous aidons les gens à comprendre des phénomènes tels que le stress et ses répercussions sur l'organisme. Comment le prévenir et le soulager. Il faut avoir envie d'aider l'être humain et surtout aimer la complexité humaine. L'homme est par nature riche et complexe. Il faut de la persévérance et une certaine dose d'empathie, d'altruisme, pour aider quelqu'un à comprendre comment il fonctionne. Il faut aussi beaucoup d'autres compétences, notamment des capacités analytiques et d'observation. Et puis évidemment il faut avoir de bonnes capacités de communication. Utiliser la bonne question au bon moment dans un entretien de coaching ça paraît simple, mais ça se travaille longuement.

Quel est le profil des personnes qui suivent vos formations? De quels milieux professionnels proviennent-elles?

La diversité du public est incroyablement réjouissante. Nous avons des chefs d'équipes qui viennent, des enseignants, des assistants sociaux, des médecins, des psychologues, des ingénieurs, etc. Nous avons même eu des pasteurs. Le public est très large et cela enrichit également les échanges durant les formations. »

Une première volée de bachelors en danse contemporaine

Arts de la scène » La traditionnelle cérémonie de diplômes de La Manufacture, la Haute Ecole des arts de la scène à Lausanne, qui s'est tenue tout récemment n'était pas tout à fait comme les précédentes. Cette année, une nouveauté de taille figurait au programme: la toute première volée d'étudiants danseurs a reçu son diplôme de bachelor en Contemporary Dance.

Lancée en 2014, cette nouvelle filière de formation fait figure de pionnière dans le paysage universitaire suisse. Proposé en collaboration avec la Haute Ecole des arts de Zurich, ce bachelor de La Manufacture est la première formation de ni-

veau tertiaire en danse contemporaine du pays. «L'option Création a été établie en 2014 à Lausanne en partenariat avec l'école de danse internationale P.A.R.T.S. de Bruxelles. Son objectif est de former des danseurs créatifs et autonomes, dotés d'une démarche réflexive et aptes à contribuer au processus chorégraphique», précise la Haute Ecole spécialisée. En un mot: des danseurs créateurs, et pas seulement des interprètes.

Durant leurs trois années de formation, les douze étudiants se sont entraînés à des formes de mouvement très variées. Ils ont notamment pu rencontrer un large éventail d'artistes et



La magie des corps en mouvement. Grégory Batardon

se sont confrontés à leurs idées ainsi qu'à leurs processus de création. Ils ont coupé du bois et planté des arbres en montagne pour éprouver les limites de leur corps. En avril 2017, ils sont partis travailler à Rio de Janeiro, au Brésil, et ont expérimenté de tout près la Favela da Maré. A noter encore que le cursus comprend des cours de chant et de théâtre afin d'enrichir et de raffiner leur danse. Les étudiants ont également créé leurs propres pièces. Enfin, ils ont terminé leur formation avec un spectacle proposant un programme combiné de deux chorégraphes de renom, Deborah Hay et Alejan-

dro Ahmed, créé à l'Arsenic à Lausanne, puis tourné en Suisse et en Belgique.

«Aujourd'hui, au terme d'une formation exigeante, le temps est venu de s'épanouir sur les planches et pour chacun de développer sa personnalité artistique», explique Marion Grossiord, responsable communication de La Manufacture. Leurs débuts s'annoncent prometteurs: les huit danseuses et quatre danseurs ont déjà des engagements en Suisse dans des projets de chorégraphes tels que Young Soon Cho Jaquet ou à l'étranger, notamment la Compagnie Corpus du Ballet royal à Copenhague. » OLIVIER WYSER