Vous êtes entrepreneur. Vous êtes habitué à vous mettre en situation, à sortir de votre zone de confort, à vous adapter dans différents secteurs, à jongler avec plusieurs responsabilités à la fois tout en apprenant à créer ce dont vous avez besoin.

Peut-être faites-vous partie des entrepreneurs réticents: vous créez votre propre entreprise sur mesure parce que la vie ne vous a pas laissé d’autre choix (ou, tout du moins aucun de ceux disponibles n’étaient viables): Ou peut-être vous êtes un homme dynamique, plein de motivation et d'ambition; vous fiant uniquement à votre instinct et faisant tout vous-même.

Ou vous vous situez entre les deux: vous vous êtes accroché avec ténacité après avoir pris la décision de monter une entreprise en ligne, et petit à petit vous atteignez le but que vous vous étiez fixé.

Peu importe le type d’entrepreneur que vous soyez, il arrive généralement que…

* **Vous commenciez à vous sentir "bloqué"**

Un de vos partenaires va alors vous dire : ou vous lirez certainement dans un article que "vous avez besoin d’un coach". Mais de quel type de coach avez-vous réellement besoin? Et comment faire pour trouver le coach ultime dans votre vie d’entreprise?

Et —le plus important—est-ce le bon moment pour un coaching?

# Etape 1 : Savoir si c’est le bon moment de travailler avec un coach

Les gens disent "le timing fait tout". Et c’est vrai. Il y a trois conditions idéales qu’il est bon de respecter avant d’investir du temps et de l’argent dans le coaching.

Elles sont:

* Le Coaching doit rentrer dans votre budget
* Votre entreprise doit être déjà en place et fonctionner parfaitement
* Vous vous sentez plus que prêt —impatient, et même—prêt à sortir de votre zone de confort

Cela aide aussi si vous êtes capable de vous **fixer des objectifs** et **si vous savez exactement ce que vous souhaitez accomplir**.

Le coaching d’entreprise n’est pas destiné aux débutants. Le Coaching correspond à une stratégie de "niveau supérieur".

Il y a quelques exceptions, si vous avez des **problèmes personnels ou psychologiques**  vous empêchant de commencer, car vous devez les solutionner avant de vous exposer au grand jour: dans ce cas, un coach de vie ou un psychologue ou tout autre conseiller pourrait constituer une meilleure stratégie— par exemple, un Orthophoniste, si vous souffrez de bégaiements prononcés vous empêchant de vous exprimer dans votre entreprise.

**Les Avantages Réels du Coaching**

Regardons de plus près les bénéfices du coaching ayant fait leurs preuves. Peu importe le type de coaching que vous choisirez, les résultats seront généralement les suivants:

* Une augmentation de la confiance en soi
* Une suppression de toutes impertinences et obstacles et une clarification de vos objectifs
* La capacité de mieux vous connaitre, y compris vos forces et faiblesses
* Un "plan de route" à suivre qui ne sera plus basé sur vos propres erreurs, mais sur l’expérience éprouvée de votre coach
* Une augmentation de revenus—et de visibilité
* De nouvelles connexions de réseau
* Une acceptation d’un niveau supérieur de la part de vos partenaires
* Un retour positif et facilement mesurable sur votre investissement
* Un changement dans votre façon de voir les choses qui vous projettera plusieurs étapes en avant et qui vous fera dépasser le niveau auquel vous devriez être si vous en étiez encore à lutter seul.

**Les Désavantages du Coaching**

Il y a deux écueils à éviter, cependant, les connaitre constitue déjà la première étape!

1. Engager un coach avant même d’être prêt
2. Engager un mauvais type de coach par rapport à vos objectifs et besoins

Certaines personnes ignorent également que les profits de leur entreprise ne peuvent couvrir un coaching. Ils pensent que le coaching est telle une pilule magique qui leur garantira un accroissement de revenus miraculeux et que ceci peut donc justifier une dépense supplémentaire étant donné "que l’argent coulera à flot".

L’idée du "si vous le construisez, ils viendront" a du mérite—mais seulement si les autres éléments sont déjà en place.

Regardez cela sous cet angle: Supposons que vous souhaitiez une place dans l’équipe équestre olympique. Vous engagez un coach ayant des références olympiques, et vous travaillez tous les deux très dur afin de perfectionner votre saut d’obstacles de catégorie-A. Le coach vous aide à sélectionner le bon cheval avec votre budget de 120,000$ que vous aviez mis de côté pour un cheval sauteur de niveau supérieur.

Vos chances d’intégrer l’équipe olympique s’agrandissent chaque fois que vous gagnez ou faites bonne impression dans les compétitions jusqu’à ce que la possibilité d’entrer dans l’équipe olympique devienne une vraie possibilité.

Voici l'utilisation adéquate d'un coach.

Maintenant supposons que vous souhaitiez toujours une place dans l’équipe équestre olympique. Vous engagez un coach ayant des références olympiques et vous vous rendez à votre première session.

Le coach vous demande: "Où est votre cheval?"

"Heu… je n’en ai pas. Je pensais que vous en auriez apporté un?"

"Quel niveau êtes-vous?"

"Heu?"

"Niveau. Vous savez: Où vous situez-vous dans votre carrière équestre?"

"Bah heu. J’ai lu de nombreux livres sur le sujet, mais le seul cheval que j’ai réellement, heu, monté, c’était ce cheval sur le manège quand j’avais sept ans..."

Vous êtes tout à fait en mesure de deviner la suite n’est-ce pas? Soit le coach de niveau Olympique va alors avoir un accès de colère digne d’une diva d’opéra après avoir perdu son temps avec vous... ou (si votre paiement pour la première session a déjà été effectué et que vous vous êtes montré généreux) va alors vous dire avec une grande patience que vous avez besoin de voir *les leçons de base de l’équitation*.

Les leçons de base ne sont pas fournies pas des coaches Olympiques : Elles sont vues dans des écoles d’équitation basiques, et ne coutent qu’une fraction des honoraires d’un coach Olympique et correspondront parfaitement à votre objectif d’apprendre à monter à cheval.

Pour vous expliquer cela plus simplement:

* Adaptez le niveau de compétence de votre coach par rapport à votre niveau d’expertise personnelle

# Etape 2 : Choisir votre format idéal de coaching

Vous allez me dire "Mais je suis vraiment motivé". "Je ne veux pas rester bloqué sur cette leçon trop longtemps, à apprendre comment m’asseoir correctement sur le cheval!"

Soyons clair: Parfois, vous devez vraiment prendre le temps de bien faire les choses. Plus vous êtes patient—et moins vous sautez d’étapes—plus vos fondations et connaissances seront solides lorsque vous connaitrez parfaitement votre entreprise et que vous réaliserez qu’il est temps de passer de l’étape d’apprentissage au coaching.

Cela ne signifie pas que vous êtes coincé à prendre uniquement ces leçons de base d’équitation. Vous pouvez grandement accélérer votre progression en prenant avantage de vos aptitudes préférées de votre coach dans d’autres domaines.

Par exemple…

1. **En lisant un livre**

Si votre coach préféré a écrit un livre sur le sujet que vous étudiez—achetez-le! Glanez-y des conseils et des idées. Mettez-les en pratique. Voyez comment ses méthodes fonctionnent pour vous.

Vous serez en mesure :

* D’apprendre à votre rythme
* D’apprendre par vous-même—en vous immergeant dans la culture et les normes de ce milieu
* D’adapter des conseils et les appliquer dans votre propre entreprise
* D’avoir accès à des conseils que seul le coaching peut fournir

Parfois votre coach aura même écrit une série entière de livres sur le sujet traité—dans ce cas vous pourrez les télécharger et tous les dévorer à votre guise, pour maitriser votre créneau point par point.

Achetez et lisez le ou les livre(s) de votre coach avant même de souscrire à toute sorte d’interaction en face-à-face, et vous vous placerez en meilleure situation pour réussir votre phase de coaching.

1. **En prenant un Cours**

Les Coaches ne souhaitent faire perdre de temps à personne, et surtout pas le leur, en fournissant un coaching lorsque la personne n’est pas prête: mais les coaches intelligents créent des produits pour leurs fans et disciples. Vous n’aurez peut-être pas accès au coaching en profondeur que vous espériez, mais un cours en ligne (ou un ensemble de DVDs) vous permettra :

* D’apprendre à votre rythme
* De vous focaliser sur les composantes dont vous avez besoin, que vous comprenez—ou que vous ne comprenez pas
* De vous immerger dans le langage et la culture du créneau que vous souhaitez dominer un jour
* D’avoir accès à des conseils et secrets d’initiés
* D’accéder à des ressources à l’accès limité telles des groupes Facebook privés, des modèles et produits
* D’apprendre par vous-même

Apprendre de votre coach de cette manière est un bon moyen de faire la différence entre un débutant et un gérant d’entreprise actif—et vous place dans une position à succès, en attendant le moment adéquat pour une étape supérieure dans vos aventures de coaching.

1. **En rejoignant un Groupe d’Etude**

Un des grands avantages de rejoindre un groupe d’étude ou un forum tenu par votre coach préféré: Vous pouvez vous "dissimuler" dans un premier temps derrière vos partenaires plus expérimentés pendant que vous vous familiarisez avec le groupe (et que vous décidez si oui ou non cette section est faite pour vous).

1. **En vous Inscrivant à un séminaire en ligne**

Les Webinaires (ou séminaires en ligne) sont un bon moyen de tester un coach. Prenez un cahier, et préparez-vous à griffonner des conseils et des renseignements précieux rapidement et rappelez-vous que la session Questions & Réponses, à la fin (si elle existe), peut fournir des conseils plus utiles encore: les membres du public les plus expérimentés posent souvent des questions sur des sujets que vous n’envisagiez peut-être même pas encore.

Souvenez-vous que les webinaires sont souvent la première étape vers un cours, livre ou programme—donc commencez à économiser lorsque vous entendez parler d’une rumeur sur un "webinaire" proposée par l’équipe de votre coach préféré, juste au cas où le programme proposé soit parfaitement adapté pour vous.

# Etape 3 : Trouver le type de coach qu'il vous faut

Raccourcissons ce processus en jetant un rapide coup d’œil, sous forme de tableau, aux types les plus courants de coaches pour entrepreneurs—et au moment opportun durant lequel vous devriez en choisir un.

|  |  |
| --- | --- |
| **Coach de Vie** | Vous aide à clarifier et à changer vos problèmes et habitudes personnels et de vie |
| **Coach d’Entreprise** | Vous aide à maitriser les aspects professionnels de votre entreprise |
| **Coach Exécutif** | Vous aide à identifier, à mettre en place une stratégie et à développer vos aptitudes pour votre leadership |
| **Coach de Carrière** | Vous aide à déterminer si vos objectifs de carrière vous correspondent—et quel type de carrière vous devriez viser, si vous devez effectuer un changement |

Ces quatre grandes catégories peuvent encore être réduites, une fois que vous décidez de quel type vous avez besoin.

Par exemple:

**Les coaches de vie** peuvent se spécialiser dans des zones spécifiques liées au développement personnel, comprenant:

* La santé et la remise en forme
* Le développement de la spiritualité
* La résolution de problèmes de comportement

**Les coaches d’entreprise** peuvent se spécialiser dans des zones spécifiques liées au développement d’entreprise, telles que:

* La gestion des médias sociaux
* La planification financière
* L’externalisation ou la sous-traitance
* **Les coaches exécutifs** peuvent se spécialiser dans des zones spécifiques liées à l'élaboration de stratégies pour faire progresser votre entreprise, comprenant:
* La gestion d'équipe et un renforcement du relationnel de niveau supérieur
* Une vision plus critique et une analyse stratégique
* Une amélioration du leadership et des prises de décisions

**Les coaches de carrière** se spécialisent généralement dans l’analyse de votre carrière actuelle, en vous aidant à déterminer si vous avez besoin de changer, et en vous apportant une assistance tout au long de votre chemin vers vos nouveaux objectifs de carrière.

Si vous n’êtes généralement pas satisfait de votre vie, un coach de vie est le choix le plus logique pour vous aider à clarifier et à fixer des objectifs. Un coach de vie peut vous aider à développer une personnalité proactive et positive qui vous permettra par la suite de créer le style de vie exact dont vous avez toujours rêvé.

**Identifier le type exact de professionnel du coaching dont vous avez besoin** est essentiel pour obtenir les résultats que vous désirez—aussi rapidement que possible. Explorez donc les différentes options qui s’offrent à vous et réfléchissez-y longuement.

# 

# Etape 4 : Comment choisir

Commençons maintenant les choses sérieuses! Vous avez déterminé le **type précis de coach** dont vous avez besoin et quel **budget** y allouer. Maintenant, cela se résume à trouver celui qui conviendra le mieux, en tenant compte de vos styles d'apprentissage, vos forces et faiblesses

**Est-ce que votre coach a une certification ou une accréditation?**

Ceci n’est pas toujours nécessaire, mais une certification en coaching signifie dans la plupart des cas que votre coach comprend et connait les rudiments du coaching et a eu un entrainement professionnel.

Assurez-vous qu’en plus des organisations générales de coaching telles l’[ICF](http://coachfederation.org/) (International Coaching Federation), les coaches officiant dans des secteurs élevés précis possèdent une accréditation ou une certification qui est valide pour le type de coaching dont vous avez besoin.

1. **Recherchez du contenu et matériel accessible publiquement**

* Est-ce que votre coach potentiel tient et gère un blog actif?
* Possède-t-il un ou des livre(s) disponibles en format imprimable ou pour livres numériques?
* Propose-t-il des options de coaching en groupe? Des services à la personne ou évènements?
* Propose-t-il un webinaire accessible en permanence directement via un lien sur son site internet?
* Vend-il divers produits?

Si la réponse à toutes ces questions est "oui", achetez ou téléchargez le produit qui vous correspond le plus—et soyez prêt à évaluer objectivement ce que vous lirez.

Est-ce que le matériel vous est utile ou vous aide? Est-ce professionnel?

Correspond-il aux critères que vous associez à un coach, plutôt qu’à un mentor ou un distributeur?

1. **Est-ce que la réputation de votre coach fait bonne figure?**

Les gens dépensent beaucoup d’argent dans le coaching, donc vous pouvez être sûr qu’ils ne se priveront pas de critiquer ouvertement un coach qui n’est pas à la hauteur. Et malheureusement dans le monde du marketing d’aujourd’hui, cela arrive bien plus souvent qu’on le pense.

Faites attention aux personnes extraverties et charismatiques qui sauront vous proposer des webinaires savamment conçus afin de vous pousser à cliquer sur le bouton "d’achat".

Retenez-vous avant de vous ruer sur les soi-disant avantages de cette offre de coaching fabuleuse, et faites quelques recherches sur Google, en utilisant des mots-clés tels que:

* Avis
* Arnaques
* Plaintes
* Décevant
* Escroquerie

Tandis que tout le monde s’attend naturellement qu’un bon coach soit confiant et ait du succès, faites en sorte de vous assurer de ne pas plonger dans un culte de la personnalité ou de voir votre coach tel le messie—parce que c’est ainsi qu’il se présente!

1. **Evaluer les témoignages.**

Beaucoup de coaches disposent de recommandations ou de "louanges" de leurs "succès". Suivez les liens vers le site de chaque personne et évaluez-les par vous-même. Lancez une recherche Google sur la personne qui fait la recommandation. Sont-ils vérifiés ou authentifiés sur le site​? Ont-ils eu vraiment le succès qu’ils prétendent?

Est-ce que leurs commentaires sonnent juste pour une relation de client à coach?

1. **Assurez-vous que l’on vous promette des résultats mesurables ou quantifiables.**

Un bon coach sera en mesure de créer un plan concret pour vous, avec un délai ponctué par de réels succès.

Personne d’autre que vous ne peut déterminer si oui ou non vous serez en mesure d’atteindre vos objectifs, mais un bon coach vous aidera à les accomplir plus facilement et rapidement, d’une façon directe tout en renforçant votre confiance.

# Etape 5 : Essayez avant d’acheter

Ce concept n’a rien de nouveau: vous verrez beaucoup de coaches vous offrir des consultations "gratuites" partout sur internet—allant du webinaire, au téléseminaire, aux pages Facebook et sur leurs sites internet.

Une fois que vous avez vérifié ce coach (conseil: faites-le avant le webinaire) et que vous avez décidé que vous souhaitez travailler avec lui, vous devez à tout prix profiter de la consultation gratuite de ce dernier—mais soyez conscient qu’il y aura surement une incitation d’achat à la fin.

Ce n’est pas nécessairement une mauvaise chose: les Coaches doivent bien vivre, tout comme vous. Mais faites attention aux arguments de vente trop agressifs ou négatifs qui vous laisseront avec un sentiment misérable ou coupable d’avoir à refuser, si "cette offre spéciale" s’avère être beaucoup trop chère pour vous pour le moment.

Un bon coach fera en sorte de ne jamais vous laisser en proie à de mauvais sentiments face au refus de ses services: il peut tout à fait, au contraire (sans pression aucune), vous offrir une solution alternative telle que:

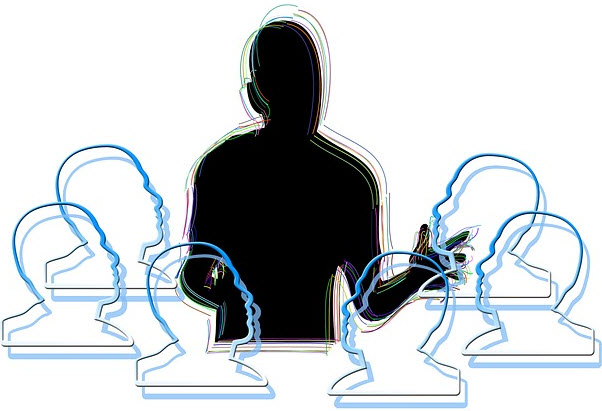
* Son option de forum de coaching en groupe gratuite ou beaucoup moins chère
* Vous recommander des livres qu’il a écrit—en vous expliquant pourquoi ce livre serait bon pour vous
* Vous recommander d’autres coaches ou mentors
* Des ressources gratuites qu’il propose

(et si, en fin de compte, ces ressources gratuites vous aident à mieux vous préparer à un futur coaching, ainsi qu’à augmenter vos revenus, c’est encore mieux!)

Quoi qu’il en soit, si un coach propose ou non des offres alternatives, **vous devriez terminer votre contact en vous sentant revigoré**—et non pas démotivé, piteux ou découragé.

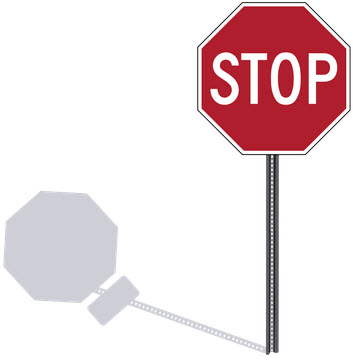
Rappelez-vous, lorsqu’il s’agit de sélectionner le coach parfait, le choix vous appartiendra *toujours.*

# Etape 6 : Tirer le meilleur parti de votre expérience de coaching



Rappelez-vous que vous êtes aux commandes. C’est votre parcours, même si votre coach vous a aider à trouver la route la courte et la plus efficace. Si vous commencez, et que vous découvrez que vous avez engagé la mauvaise personne, n’ayez pas peur de le dire, et recommencez avec un autre candidat.

Savoir de quoi se méfier vous aidera à éviter les coaches qui ne vous correspondent pas. Jetons un œil aux signes communs de danger.



Evitez les coaches qui…

1. **Ne se spécialisent pas**. Les coaches qui couvrent un spectre trop large ne sont généralement pas aussi efficaces que ceux qui sont passionnés par un sujet. Un coach spécialisé fournira des détails riches et des informations vitales "cachées" que les coaches généraux ne connaissent même pas.
2. **N’ont même pas au moins une certification reconnue de coaching.** Même si un coach s’avère être un expert brillant dans son domaine, il n’y a aucune garantie qu’il comprenne les principes même d’un coaching efficace.
3. **Ne vous disent pas ce à quoi vous devez vous attendre.** Non seulement en termes de délais et d’accomplissements, mais aussi ceux qui ne vous orientent pas durant le processus qui est censé vous aider à savoir ce que vous êtes supposé faire à tout moment.
4. **N’ont pas "emprunté le chemin".** Vous n’engageriez quand même pas quelqu’un pour vous entrainer au Grand Prix de tennis si ce dernier ne joue qu’au golf n’est-ce pas? Vous voulez quelqu’un possédant les "médailles"(et le CV) qui prouvent que cette personne a pratiqué et a de l’expérience dans ce que vous ressentez durant vos débuts et qui s’est retrouvée également bloquée aux mêmes niveaux que vous.
5. **Utilisent trop de "Je" dans leurs messages**—l’accent doit être mis sur le "nous". Les messages "Je" sont souvent des signes de danger, qui devraient vous alerter sur un coach trop égocentrique ou trop autoritaire.
6. **Refusent de discuter avec vous d’une quelconque zone ou aspect de leur coaching.** Les réponses du genre "vous n’avez pas à savoir, vous devez faire simplement ce que je vous dis" sont des preuves d’un contrôle du comportement—l’antithèse parfaite de ce que le coaching devrait véhiculer.
7. **Ne vous donnent pas des retours objectifs et clairs.** Les retours peuvent être de nature critique, mais également doivent être ressentis de telle manière, que vous sentiez que votre coach a allumé la lumière et illuminé les choses plus clairement pour vous.
8. **Utilisent des étiquettes.** Etiqueter amène la critique au rang de la "honte et du blâme", qui ont des effets paralysant et démoralisant, et qui constituent donc l’opposé même de la motivation.
9. **Avilissent ou vous rabaissent en tant que personne**, plutôt que de vous proposer des critiques objectives et non-personnelles.
10. **Justifient l’intimidation** en expliquant que leur style est "nécessaire pour obtenir des résultats".
11. **Vous disent que leur incapacité à communiquer efficacement est de votre faute.**
12. **Ne suivent pas.** Vous avez besoin de "récompense"—la carotte au bout du bâton. (Non pas qu’il soit nécessaire d’y avoir des bâtons!) Si vous travaillez dur pour accomplir un objectif et que votre coach l’a déjà oublié lors de la session suivante, cela peut donner un goût futile à tout ce que vous êtes en train de faire (et avoir par la même occasion un effet décourageant).

Et inversement, si vous avez quelques problèmes ou que vous avez mal compris quelque chose, vous devez savoir:

* Ce qui n’a pas fonctionné
* Pourquoi cela n’a pas fonctionné
* Comment le solutionner
* Comment faire pour "assurer" au prochain coup

Un manque de suivi peut aussi signifier que votre coach est inexpérimenté ou dispersé—et vous ne le payez pas pour cela.

Mais la plus grosse erreur à éviter?

*C’est de ne pas engager un coach quand il est temps de le faire!*

**Ce Que Vous Pouvez Faire Pour Vous Préparer**

Si vous voulez vraiment tirer le maximum de votre expérience de coaching, cela va sans dire que vous avez besoin vous impliquer à 100% dans le processus de coaching.

Résumons ce que vous devez faire pour vous préparer à votre première session de coaching:

1. **Prenez vos précautions.** Vérifiez sérieusement vos coaches potentiels. Assurez-vous qu’ils soient accrédités soit par une expérience de vie incontestable ou par une certification venant d’une organisation de coaching reconnue. (Le mieux est de: trouver un coach ayant les deux. Certification professionnelle et le passé qui prouvent ce qu’ils avancent.)
2. **Faites auparavant, autant de travail sur vous-même que possible.** Utilisez les quizz et les outils d’auto-évaluation pour vous aider à identifier:

* Dans quelle zone spécifique vous avez besoin de coaching pour le moment
* De quel type de coaching vous avez besoin
* Quels sont les problèmes que vous devez résoudre
* Ce qui vous bloque vers le succès ou vous empêche d’atteindre votre prochain objectif
* Votre style d’apprentissage préféré
* Les hypothèses que vous devez abandonner
* Ce que vous souhaitez trouver dans votre coach
* Ce que vous n’accepterez pas de la part de votre coach

1. **Faites de la place dans votre agenda.** Prévoyez autant de temps que possible autour de vos rendez-vous—et faites en sorte de vous donner du temps pour:

* Evaluer la dernière session
* Implémenter ou mettre en pratique les changements ou stratégies suggérés
* Vous préparer pour la session suivante

1. **Ayez toujours un bloc-notes avec vous**. (Ou utilisez une application mobile, si vous vous servez beaucoup de votre téléphone portable.)

* Notez les questions que vous souhaitez poser à votre coach quand vous y pensez.
* Référez-vous à votre bloc-notes quand vous planifiez sur votre agenda.

1. **Soyez organisé**. Préparez en avance votre dossier "Mon expérience de Coaching" (ou selon le nom que vous voulez lui donner). Classez dans des sous-catégories:

* Les notes de session
* Les enregistrements
* Les ressources

Et tout ce qui peut vous aider à rester organisé, en créant une sous-catégorie pour cette section.

1. **Créez un ordre du jour.** Un bon coach écoutera bien plus qu’il ne parlera. Il aura des questions à vous poser—mais créez votre propre liste des :

* Sujets que vous souhaitez évoquer
* Questions que vous souhaitez poser

Prévoyez autant de temps qu’il faut pour chaque élément. Prévoyez également pour les nouveaux éléments que votre coach voudra surement soulever. "classez" (ou différez) à un autre jour, tout élément qui (a) n’est pas essentiel ou (b) n’est pas en rapport avec la session actuelle.

***Gardez une liste*** des sujets dont vous avez besoin de discuter dans le futur, et sortez-la chaque fois que vous planifiez un ordre du jour.

1. **Fixez-vous un objectif pour votre première session.** Faites-le ensuite pour toutes les autres. Avoir un objectif de session vous aidera à rester concentré.
2. **Empêchez toute interruption**. Eteignez votre téléphone. Envoyez vos enfants voir un film au cinéma ou chez la baby-sitter. Mettez le chien dehors. Fermez la porte de votre bureau.
3. **Enregistrez vos sessions**. Ou tout du moins, prenez des notes. (de préférence, faites les deux—surtout si vous pensez qu’écrire les choses vous aide à les "retenir" dans votre subconscient ou conscience.)
4. **Testez votre équipement d’enregistrement.** Vous ne voulez surement pas perdre tout élément de sagesse!

Dans les sessions suivantes, soyez prêt à ajouter à ce rituel de préparation:

* Ce que vous avez finalement réalisé depuis la session précédente
* Ce qui vous a posé problème—et quel type de problème

# 

# Etape 7 : Prendre de bonnes habitudes

Nous avons évoqué ce qu’il fallait rechercher pour trouver le coach idéal et quels étaient les types à éviter.

Nous avons également vu comment se préparer efficacement pour des sessions de coaching.

Voyons maintenant rapidement…

**Les Erreurs Communes Que Font Les Nouveaux Clients Lors Du Coaching**

Tout comme vous pouvez avoir un coach de l’enfer, vous pouvez tout aussi bien (consciemment ou inconsciemment) être un client horrible: ou tout du moins un client qui ne cesse de frustrer son propre coach et lui causer du travail supplémentaire et des dépenses non prévues.

Les coaches expérimentés et accrédités sont plutôt tolérants. Ils sont passés par là également et connaissent ce que vous êtes en train de vivre. Et ils ont pu voir de nombreuses autres personnes faire les mêmes erreurs: mais il existe trois grandes erreurs que vous devez absolument éviter:

1. Vous attendre à ce que votre coach fasse tout pour vous. C’est exactement l’opposé du principe de coaching!
2. Ne pas être préparé. Voulez-vous vraiment passer la session entière à découvrir que vous aviez en fait besoin d’un coach de vie alors que vous avez déjà engagé un coach d’Organisation?
3. Ne pas suivre. Vous êtes ici pour travailler avec votre coach sur différentes actions. Ne pas suivre les suggestions recommandées revient à dire que vous jetez votre argent par la fenêtre,
4. Oui, il est vrai que votre coach est bien payé par vos soins pour son temps passé avec vous—mais la plupart des coaches n’exercent pas uniquement pour gagner beaucoup d’argent: ils le font parce que…

* Ils souhaitent vous aider
* Ils sont passionnés par ce qu’ils font
* Ils apprécient passer leurs connaissances
* Ils aiment voir d’autres personnes atteindre le succès

Et inversement, si un coach possède cinq clients qui ne cessent d’être "trop occupés" au lieu d’intégrer ses suggestions, il a alors cinq clients qui, potentiellement, entacheront sa réputation.

Votre succès est également celui de votre coach.

Il est décourageant de travailler avec des clients ne souhaitant pas allouer le temps nécessaire pour réussir!

**Pourquoi Est-Ce Qu’Investir Dans Le Coaching Est Une Bonne Idée**

Le Coaching fonctionne parce que:

1. **Le Coaching pousse à la responsabilisation**. Si vous choisissez de ne pas agir ou intégrer une suggestion, vous allez devoir expliquer cette décision à votre coach pendant votre session n°1.
2. **Le Coaching accroit la productivité.** Vous avez un délai fixe pour l’implémentation des suggestions et pour l’accomplissement des objectifs de votre session—et ce délai est votre session suivante! (Vous devez montrer vos progrès à votre coach!)
3. **Le Coaching vous supporte avec une énergie positive**. Les Coaches sont des personnes positives qui se concentrent sur ce que vous pouvez accomplir, au lieu de vous réprimander pour ce que vous ne pouvez, ou n’avez pas fait.
4. (Si votre coach est négatif, vous rabaisse ou vous fait vous sentir mal—débarrassez-vous en!)
5. Il n’y a rien de mieux qu’une attitude emplie de "ça va venir" pour vous remplir d’espoir et d’énergie.
6. **Le Coaching apporte de réels raccourcis**—Contrairement à ce type de lettres de vente qui vous promettent éternellement "des revenus à six chiffres". Après une session de coaching vous serez personnellement:

* Plus concentré sur vos actions
* Vous agirez sur des hypothèses correctes et qui ont fait leurs preuves
* Vous bénéficierez de la sagesse et de l’expérience de votre coach afin de profiter de résultats conséquents, mesurables et inspirant la confiance
* **Le Coaching vous apporte un retour sur investissement positif et mesurable**. Les études ne cessent de montrer que les personnes qui ont investi dans le coaching gagnent plus d’argent dans un délai plus court que ceux qui ne l’ont pas fait.

En fait, si vous prenez les étapes nécessaires pour vous préparer aux sessions et que vous intégrez les suggestions, vous devriez être en mesure de rembourser ce que vous avez investi—pour ensuite gagner encore plus par rapport à ce que vous auriez reçu sans avoir engagé de coach.

Investir dans le coaching au bon moment de votre vie active, constitue la meilleure décision de carrière—mais assurez-vous que cela ***tombe*** au bon moment. Demandez à votre coach potentiel son avis, si le moment est opportun dans votre carrière, et demandez-lui de vous citer les bénéfices que son coaching pourrait alors vous apporter.

Vous noterez que presque tous les experts ayant réussi dans votre secteur (et tous les coaches à succès) ont également su tiré profit de sessions de coaching—et vous pourriez être surpris de voir que certaines personnes influentes travaillent encore avec un coach.

En fait, vous devriez être prêt à engager plus coaches différents (et de différents types) à chaque étape de votre carrière: mais une fois que vous aurez terminé avec succès une expérience de coaching, vous n’aurez plus besoin de guide pour le savoir!

Je vous souhaite de grands succès dans votre expérience de coaching!