

Coaching professionnel

DÉFINITION

Le coaching professionnel est un accompagnement individuel structuré qui aide une personne à atteindre un objectif précis (évolution, transition, performance, leadership) en mobilisant ses propres ressources. Il se distingue du conseil (qui donne des solutions) et du bilan (qui produit un diagnostic).

Le coaching professionnel est un marché vaste et peu réglementé en France. Les profils des coachs sont très hétérogènes : anciens cadres reconvertis, psychologues, consultants RH, profils plus ésotériques. La qualité est très variable.

Différence avec un bilan de compétences :

- Le bilan est encadré par la loi (24h, 3 phases, Qualiopi), produit un document.
- Le coaching est libre dans son format (séances 1h-2h, 3-10 séances), pas de cadre légal, pas forcément de document final.

Différence avec un conseil :

- Le conseil apporte des solutions externes ("voici ce que vous devriez faire").
- Le coaching travaille avec tes propres ressources, t'aide à trouver TES solutions.

Quand le coaching est pertinent en reconversion :

- Tu as déjà une piste claire mais tu cales sur le passage à l'action (peur, doute, blocage).
- Tu cherches à clarifier des choix internes (valeurs, priorités, énergie).
- Tu prépares une transition managériale ou un changement de posture.

Quand ce n'est pas pertinent :

- Tu as besoin d'INFORMATIONS sur les métiers, dispositifs, financements ? conseil ou bilan plus efficace.
- Tu cherches une expertise technique ? formation plutôt.

Pour bien choisir : vérifier la certification du coach (RNCP, fédérations comme ICF, EMCC), demander 2-3 références d'anciens clients, faire une séance d'essai. Tarif : 100 à 300 €/séance d'1h.

Fiche extraite du Glossaire de la formation professionnelle.

Auteur : Benjamin Duplaa - directeur IFPA Poitiers, 15 ans d'accompagnement reconversion à Poitiers, Bordeaux, France.

Version à jour (les règles évoluent) : benjaminduplaa.com/lexique/coaching-professionnel

Diffusion libre - citation appréciée.



Scanner pour ouvrir le PDF