

# Journal de l'Académie

Un bulletin pour les membres de l'Académie du Coaching

## éditorial



### Pour rester dans le peloton de tête

par NADINE FORTIN - Editrice

Il y a plusieurs semaines, je rencontrais un client potentiel et je répondais à plusieurs questions concernant l'entreprise, le programme, le coaching. Après avoir fait le tour, il m'a surpris en me posant la question suivante : « Es-tu heureuse? » J'en ai eu le souffle coupé. J'ai souri en coin et je lui ai répondu : « Tu ferais un bon coach, toi! » et j'ai dévié sa question en décrivant qu'avec une mission comme la nôtre, notre équipe et nos clients, quelle personne ne serait pas heureuse. Puis j'ai enchaîné avec une question sur ses besoins.

Toutefois, la réponse était claire en moi... Je me sentais troublée depuis plusieurs mois en raison du fardeau des responsabilités de chef d'entreprise pour lesquelles je ne me sentais pas vraiment prête en dépit du soutien que j'ai reçu. De plus, la rupture de l'équilibre dans mes responsabilités familiales m'angoissait de plus en plus. Après réflexion, consultations, évaluations, et en tenant compte de mes valeurs, j'ai pris la décision de renoncer à la direction générale de l'entreprise et à l'actionnariat unique.

J'ai demandé à Jean-Pierre Fortin de reprendre l'entreprise, et Michèle Ferland a également été

invitée à participer à l'actionnariat. Je continuerai de jouer un rôle majeur au sein de Coaching de gestion, un rôle plus compatible avec mes habiletés, mes talents et mes valeurs. La transition devrait se faire en douceur au cours de l'été. Tout sera mis en œuvre afin d'assurer à nos participants et nos clients des services impeccables.

Je signe ici mon dernier éditorial en tant que pdg, et je ne saurais le faire sans remercier sincèrement mes collaborateurs sans qui je n'aurais pu tenir la barre durant ces trois dernières années.

J'exprime également ma gratitude à tous les participants qui m'ont accordé leur amitié et leur compréhension. J'ai beaucoup appris de vous tous.

## ANNONCES PUBLICITAIRES

Vous souhaitez communiquer, vous rendre visible, annoncer vos offres de services dans le Journal de l'Académie. Réservez votre emplacement dès maintenant.

### Tarification

1/8 de page (format carte de visite) : 25 \$

1/4 de page : 50 \$

1/2 page : 100 \$

(Fournir vos textes et vos images, mis en page, au format JPG)

Contact : [redacteur@coaching.qc.ca](mailto:redacteur@coaching.qc.ca)



## prochaine parution

Le 26 juillet 2010

La date de tombée est fixée au 15 juillet 2010.

Textes à transmettre à l'adresse suivante :

[redacteur@coaching.qc.ca](mailto:redacteur@coaching.qc.ca)





## Le courage du fataliste

par CATHERINE KOZMINSKI  
Coach - B.A.H., M.A.  
[www.maelle-adenot.com](http://www.maelle-adenot.com)

*Le courage est la lumière de l'adversité.*

(Vauvenargues)

« Est-ce nous qui menons le destin, ou bien est-ce le destin qui nous mène ? » s'empressait de dire Jacques à son maître<sup>1</sup>. Prédestination ou hasard ? À vingt ans, je me posais déjà la question en pensant au triste sort de mon grand-père, Ignace Kozminski, mort en Allemagne dans les camps d'extermination le 25 février 1945. J'avais alors tendance à poser mon regard sur le passé et non sur le futur qui s'étendait devant moi. Je ne semblais pas alors comprendre que le présent du passé se joutait au présent du futur en venant l'assombrir, oubliant volontairement les sages paroles du philosophe Saint-Augustin. J'en voulais peut-être trop au destin ou peut-être était-ce au hasard, pour admirer l'horizon de mon existence.

Presque douze ans plus tard, je me trouve dans une librairie à fureter les dizaines de livres qui s'étalent devant moi dans l'allée « psychologie ». Mon regard s'arrête sur des titres comme « Comment élever son enfant » ou « Passer à travers l'adolescence sans devenir fou », etc. Je me mis à sourire et à mourir d'envie de me trouver dans un état d'âme faisant appel à une telle candeur. Ce que je cherchais n'avait en fait rien à voir avec les soucis quotidiens propres à nos responsabilités parentales, que ce soit en lien avec l'éducation ou à la gestion du stress. Non, je tentais surtout de fuir une réalité que je ne veux pas mienne, mais qui fait que je ne peux plus échapper à mon propre destin.

Quelques secondes plus tard, mes yeux se posaient enfin sur un livre, perdu parmi tous les autres, portant sur les maladies neuromusculaires chez l'enfant et l'adolescent. Un peu plus loin, j'en trouvais un autre qui traitait de la vie au quotidien avec un enfant malade. Comment peut-on se reconnaître à travers une réalité que nous craignons tant et à laquelle nous voulons échapper à tout prix ? Pourtant, c'est bien la mienne. Tremblante, je pris délicatement le livre portant sur les maladies neuromusculaires.

C'est que ma fille Maëlle, déjà autiste, est maintenant frappée par une maladie neuromusculaire auto-immune touchant rarement les enfants de moins de dix ans (on parle d'un cas sur un million à cet âge): la myasthénie grave généralisée. Partout, on me dit que je suis forte,

que l'on admire mon courage. On se demande même comment il est possible de tenir bon devant un tel acharnement du destin.

Jusqu'à tout récemment, Maëlle rayonnait de bonheur et de santé auprès de son frère et de sa sœur. Intégrée dans une classe ordinaire, elle se préoccupait surtout de ses amis, des jouets qu'elle voulait demander au Père Noël, de la neige qui tombait dehors. En quatre ans, de petite fille tétanisée par son autisme, elle s'est épanouie comme une rose au soleil, après des années de réadaptation intensive. Puis, cette brève éclaircie a fait place au déluge, le 9 novembre 2009, bien qu'aucune arche ne fut appêtée pour notre famille, malgré les supplications, les implorations, les pleurs, le désespoir. Noé n'était pas au rendez-vous cette fois. Depuis ce temps, Maëlle subit des *plasmaphèreses* deux fois par semaine à l'hôpital Sainte-Justine en hémato-oncologie, et ce, pour une période indéterminée<sup>2</sup>. Cette maladie orpheline ne se guérit pas pour l'instant.

Je me pose donc la question suivante : est-ce lorsque le destin nous frappe que nous devenons encore plus forts ou sommes-nous déjà forts avant que le destin nous frappe ? Peut-on croire au hasard dans de telles circonstances ? Pourquoi sont-ce souvent les mêmes personnes à devoir traverser maintes intempéries, les unes après les autres, en scrutant tant bien que mal le ciel, dans l'espoir d'entrapercevoir une parcelle de bleu azur, et je pense bien sûr à nos frères et sœurs d'Haïti ? Leur force surhumaine ne repose en réalité que sur une loi bien simple : celle de la survie. On dit que la vie l'emporte sur tout. On dit aussi que, tant qu'il y a de la vie, il y a de l'espoir, encore faut-il en avoir quand ce dit ciel ne cesse de nous tomber sur la tête ou de faire trembler la terre.

Ainsi, dans *Jacques le Fataliste*, Diderot a bien su transmettre son message. Ces mêmes paroles, sur lesquelles je méditais il y a douze ans, prennent maintenant tout leur sens. Elles tendent à me faire comprendre qu'il me faut laisser couler la rivière, que je n'ai pas le contrôle sur ma vie et que je ne dois pas ramer à contre-courant. « Il fallait que cela fût, car cela était écrit là-haut. » Comment ne pas en arriver à une telle conclusion, quand c'est l'adversité qui nous attend au détour d'un carrefour ?

(1) DIDEROT, Denis. Jacques, le Fataliste.

(2) La plasmaphérese consiste à remplacer le plasma du patient qui contient les anticorps de la myasthénie grave par une solution permettant de maintenir une pression oncotique équivalente. Il s'agit donc d'un échange plasmatisque.

\* Catherine Kozminski est aussi coauteure des ouvrages *L'autisme, un jour à la fois*, PUL, 2008, 196 p. et *Accompagner un enfant autiste - Guide pour les parents et les intervenants*, PUL, 2010, 200 p.



## Offrez-vous une plus grosse baguette magique

par DIANE LÉPINE, PCC

*Pour des revenus supérieurs...  
Plus facilement et rapidement !*

### *Et si c'était de l'amour*

Cela demande du courage, de l'audace, de la foi, de la reconnaissance de sa valeur et, surtout, beaucoup d'amour selon moi pour accepter de laisser circuler tout l'or du monde dans sa vie. Je crois également qu'une bonne année de coach exemplaire débute par la planification et la visualisation de vacances reposantes, d'une vie personnelle harmonieuse, d'une vie professionnelle idéale dont les objectifs ont été fixés soigneusement. Je crois également que l'argent, tout comme l'amour, est énergie pure de création, pour un monde meilleur. Tout est une question d'intention. Et si l'argent c'était de l'amour? Seriez-vous prêt à être aimé beaucoup, dès maintenant?

### *Offrez-vous une plus grosse baguette magique*

Lorsque j'ai débuté ma pratique en coaching, ma commande à « l'univers » ou mes objectifs financiers, si vous préférez, étaient que je voulais en « vivre ». L'« univers », dans son respect et sa grande sagesse, m'a offert tout juste ce dont j'avais besoin pour boucler les factures essentielles à ma survie. Je m'étais donné une toute petite baguette magique.

### *Encouragée comme Aladin*

Encouragée par ma première année réussie, j'ai décidé de faire preuve d'audace en demandant davantage. Après une grosse année de démarrage, de démarchage et de coaching, épuisée mais ...un peu plus confiante, j'ai fait une autre demande en ajoutant deux semaines de vacances, moins de clients et 20% d'augmentation de revenus. L'« univers », comme le bon génie d'Aladin, m'accorda dans son respect et son immense sagesse, exactement et seulement ce que j'avais demandé.

### *Un troisième souhait, dans la conscience*

Cette dernière année, ma quatrième en pratique, j'ai osé davantage. J'ai demandé de réaliser mon année avec seulement 17 clients. Mais ce n'est pas tout, j'ai aussi défini le montant de chaque client, le type de

clients idéaux avec qui je désirais travailler, la date de l'année où je voulais que mes contrats soient signés et j'ai ajouté six semaines de vacances pour faire le plein d'énergie. Finalement, j'ai consciemment demandé un revenu précis dans les six chiffres, comme on dit en bon français.

L'« univers », dans sa sagesse, son amour et son immense respect, m'a accordé tout ce que j'avais visualisé et planifié avec soin et, surtout, accepté de recevoir.

### *Qu'est-ce qui manque?*

Lorsque j'accompagne des coachs qui ont comme but d'augmenter leur revenu, je constate souvent les mêmes manques. Les demandes à l'« univers », les vœux ou, si vous préférez, la visualisation, la planification des objectifs en conscience, en amour et en confiance sont timides et manquent cruellement d'audace et de précision.

### *Créer, c'est choisir*

Je vous invite donc en ce mois de juin à planifier dès maintenant :

- Toutes vos vacances annuelles
- Votre revenu : annuel, mensuel, quotidien
- La date à laquelle vous voulez que vos contrats soient signés et celle de vos entrées d'argent
- Le nombre de mandats et le montant de chacun d'eux
- Le type de clients idéaux avec lesquels vous désirez travailler
- Rédigez l'offre ou les offres de services types, prêtes à signer
- Identifiez le nom des clients avec qui vous désirez travailler

### *... SORTEZ - VENDEZ - COACHEZ*

L'« univers », dans son amour, son respect et son immense sagesse, vous offrira sans doute tout ce pour quoi vous vous serez mis en action.

C'est ça être un coach.

Bon été ! Et surtout, faites vos vœux !

(Chronique mensuelle rédigée par Michel Boutin de Leitmotiv coaching et Diane Lépine de Vigie coaching, co-créateur et animateurs du Programme TREMPLEIN POUR LES COACHS! offert en partenariat exclusif avec Coaching de gestion.)

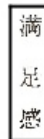




## félicitations !

Toute l'équipe de Coaching de Gestion tient à féliciter Claude Provencher, LLB, MBA, pour sa nomination au poste de directeur général du Barreau du Québec.

Toutes nos félicitations également à Nedra Razgallah pour l'obtention de son ACC.



FM *Reflexologie*

*"La sagesse est à l'âme ce que la santé est pour le corps".*

Frédérique Martinéry-Forgue  
**Réflexologue agréée** - Membre ANQ-ACR

4361 avenue de Melrose  
Montréal, Québec H4A 2S7

Téléphone **514.303.2026**  
fm.reflexologie@gmail.com



## Programme de récompenses

Nous sommes heureux d'offrir des récompenses à tous nos participants qui nous réfèrent de nouveaux participants. Coaching de gestion est reconnaissante envers tous ceux et celles qui, de cette façon, contribuent à la croissance de l'entreprise.

**Vous connaissez quelqu'un dans votre entourage qui est intéressé par le coaching?**

Référez-nous cette personne et recevez une récompense pour chaque référence menant à une entente contractuelle, applicable au Programme d'Entraînement au Coaching Professionnel pour la période du 1er janvier au 31 décembre 2010.

*Partagez votre passion pour le coaching et sortez gagnant!*

Les récompenses en argent seront distribuées comme suit :  
1<sup>ère</sup> référence : 100 \$ - 2<sup>e</sup> référence : 200 \$ - 3<sup>e</sup> référence : 300 \$



## conférence ICF 2010

L'inscription pour la Conférence Internationale de l'ICF 2010 est officiellement ouverte depuis le mois de mai.

Cette grande convention annuelle qui célébrera le 15<sup>ème</sup> anniversaire de l'ICF se tiendra du 27 au 30 octobre à Fort Worth, Texas, USA.

Pour celles et ceux (membres et non membres) qui souhaitent assister à l'événement, une remise de 175 \$ (USD) sur le tarif plein est accordée pour les inscriptions effectuées avant le 1er septembre 2010. A savoir : 800 \$ au lieu de 975 \$ pour les membres et 1000 \$ au lieu de 1175 \$ pour les non membres.

Renseignements : [www.coachfederation.org](http://www.coachfederation.org)



## événements ICF 2010

- Conférence annuelle internationale du 27 au 30 octobre - Fort Worth, Texas, USA.

[En savoir plus...](#)

- Conférence ICF Amérique Latine du 15 au 17 juillet 2010 - Lima, Pérou.

[En savoir plus...](#)

- Conférence ICF Asie Pacifique du 1er au 3 Septembre 2010 - Singapour.

[En savoir plus...](#)

- Le congrès annuel de la Fédération Internationale du Québec se tiendra le 4 et le 5 novembre 2010 à Montréal



## LA TÉLÉ-FORMATION AU SERVICE DE VOTRE ENTREPRISE

Vous souhaitez faire connaître votre entreprise à des clients éloignés et/ou organiser des télé-classes pour cibler une clientèle intéressée par votre expertise ?

Apprenez à maîtriser la télé-formation avec notre **Programme d'Entraînement à la Télé-Formation**. Ce programme vous propose d'acquérir des compétences pour concevoir, animer et mettre en marche vos propres télé-classes.

En grande évolution depuis déjà plusieurs années, la télé-formation offre de nombreux avantages :

- Une plus grande souplesse dans la gestion du temps
- Un rythme d'apprentissage et un environnement personnalisés
- Une réduction des frais de déplacement, de location de salle ou d'hébergement
- Un moyen efficace d'élargir l'accessibilité à votre expertise

COACHING



DE GESTION INC.  
L'ACADÉMIE DU COACHING

Informez-vous !

514 735-9333 ou 1 888 764-3623

[www.coaching.qc.ca](http://www.coaching.qc.ca)

### ANNONCES PUBLICITAIRES

Vous souhaitez communiquer, vous rendre visible, annoncer vos offres de services dans le Journal de l'Académie. Réservez votre emplacement dès maintenant.

(Fournir textes et images, mis en page, au format JPG)

#### Tarification

1/8 de page (format carte de visite) : 25 \$

1/4 de page : 50 \$

1/2 page : 100 \$

Contact :

[redacteur@coaching.qc.ca](mailto:redacteur@coaching.qc.ca)





## en librairie

- *Cas de coaching commentés* de Sylviane Cannio (Ed. Eyrolles - Juillet 2010). [En savoir plus...](#)
- *Sagesse et Business* de Bernard Ortega (Ed. Beaurepaire - Juin 2010). [En savoir plus... \(1\) et \(2\)](#)
- *Le bonheur au travail, partition pour une fourmi* de Philippe Laurent (Editions du Siècle - Juin 2010). [En savoir plus... \(1\) et \(2\)](#)



## en kiosque

- Le magazine *Courrier Cadres* dans son numéro de juin 2010 consacre un dossier d'une douzaine de pages intitulé : *Un coach, pour quoi faire ?* [En savoir plus... \(1\) et \(2\)](#)



## sur le web

- Le barreau du Québec s'est trouvé un nouveau DG avec des compétences bien particulières : il est coach ! [En savoir plus...](#)
- Le coaching de direction ou comment redonner un nouveau souffle à ceux qui dirigent des entreprises ? [En savoir plus...](#)
- Témoignage et parcours d'un coach interne. [En savoir plus...](#)
- Comment gérer un crack dans son équipe ? Même si ces profils représentent une ressource rare et précieuse, leur intégration peut poser problème. [En savoir plus...](#)

## Éloge de la lenteur par J-L Leboutellier

Si le 21 juin marque avant tout l'arrivée de l'été, il célèbre accessoirement la Journée internationale de la lenteur. Un de ces courants un peu dans l'air du temps qui incite à lever le pied et à ne plus chercher la performance à tout prix. C'est la philosophie du "Slow Movement" qui a vu le jour à la fin des années 80 et qui a été repris notamment en 2005 par le journaliste canadien, Carl Honoré, dans son best seller ***Éloge de la lenteur***<sup>1</sup>.

Il écrivait notamment : « Il s'agit de trouver un meilleur équilibre entre activité et repos, travail et temps libre. Chercher à vivre ce que les musiciens appellent tempo giusto, la bonne cadence, en allant vite lorsque notre activité l'exige et en se ménageant des pauses dès qu'on le peut. Cette philosophie, très simple, est en train de gagner du terrain un peu partout dans le monde ».

L'idée a fait son chemin et le sujet a inspiré de nombreux auteurs. Certains vont même très loin... Ainsi, Timothy Ferriss appelle à réduire "presque à néant" le temps de travail dans son livre ***La semaine de 4 heures : Travaillez moins, gagnez plus et vivez mieux***<sup>2</sup>! Ou encore Salomé Van Pelt, consultante dans l'audiovisuel, qui vient de publier : ***Comment devenir rien et le rester***<sup>3</sup>. Un manuel d'anti-coaching virulent qui dénonce la course à l'excellence et invite donc à devenir rien... Nous sommes tous ici convaincus de l'utilité et du bien-fondé du coaching. Toutefois, il n'est peut-être pas inutile de connaître les arguments des détracteurs pour mieux les contrer s'il en était besoin... (1) (2) (3)



## sur le web

- Forum Urgence Leadership à Montréal : les pratiques gagnantes pour accompagner les nouveaux leaders. [En savoir plus...](#)
- Coaching de Gestion sur YouTube. Nadine Fortin présente en vidéo le coaching enseigné par "CdG", première école de coaching francophone en Amérique du Nord. [À voir...](#)

- Québec : Du coaching pour les jeunes entreprises technologiques. [En savoir plus...](#)
- Le journal *Les Echos* nous transporte dans l'ambiance d'une "Coach party" à Bali animée par Anthony Robbins, coach atypique, connu comme étant un des maîtres de la PNL et parfois controversé. Bill Clinton, André Agassi auraient notamment bénéficié de ses services... [En savoir plus...](#)

Accessible gratuitement, le Journal de l'Académie est un bulletin périodique publié sur Internet à l'intention des participants au Programme d'Entraînement au Coaching Professionnel.

© Les droits de reproduction sont réservés. ISSN – 1715-7846

Dépôt légal : Juillet 2010 (BAC et BANQ)

Le genre masculin est utilisé sans discrimination, uniquement dans le but d'alléger le texte.

Éditrice : Nadine Fortin, fortinn@coaching.qc.ca  
 Gestion : Nathalie Sibénil, nsiberil@coaching.qc.ca  
 Rédacteur en chef : Jean-Luc Leboutellier, redacteur@coaching.qc.ca

Révision linguistique : Mélanie Rivest, mripest@coaching.qc.ca  
 Téléphone : +1 514 735-9333 ou 1-888-764-3623  
 Télécopieur : +1 514 735-9333  
 Courriel : info@coaching.qc.ca  
 Site Internet : www.coaching.qc.ca

