



### RapidEmploi

- [Aérospatial](#)
- [Arts et culture](#)
- [Assurances](#)
- [Biotech](#)
- [Cadres supérieurs](#)
- [Détail](#)
- [Droit](#)
- [Éducation](#)
- [Énergie](#)
- [Environnement](#)
- [Étudiants](#)
- [Finance](#)
- [Génie](#)
- [Gouvernement](#)
- [Immobilier](#)
- [Marketing](#)
- [Métiers](#)
- [OSBL](#)
- [Production](#)
- [Restos et tourisme](#)
- [RH](#)
- [Santé](#)
- [Sciences](#)
- [Sécurité](#)
- [Soutien administratif](#)
- [Technologies de l'info](#)
- [Vancouver 2010](#)
- [Ventes](#)

### mon Workopolis

- [Nouveaux membres](#)
- [Ouvrez une session](#)
- [Mes CV](#)
- [Alertes emploi](#)
- [Mes Recherches](#)
- [Liste d'emplois](#)
- [Mon profil](#)

### À l'aide d'un coach de carrière : faire de ses rêves professionnels une réalité

Par Jean-François Carignan

15 avril 2008

Une personne peut avoir plusieurs «rêves professionnels» à réaliser. Toutefois, pour mener à bien ces projets sans s'éparpiller, il est préférable d'établir des priorités. C'est ainsi que Mme Diane Charest, une ex-enseignante des arts au primaire et au secondaire de Québec désireuse de devenir travailleur autonome, a décidé de faire appel aux services de Mme Madeleine Savard, coach de carrière (voir aussi le texte intitulé [Le coach de carrière propose un plan de match bien structuré](#)).

Souhaitant devenir esthéticienne depuis son adolescence, Mme Charest a donc suivi une formation dans ce domaine. «Une fois devenu esthéticienne, j'ai constaté que pour traiter des problèmes de peau, il fallait d'abord agir sur la santé en général et j'ai donc opté pour une formation en naturopathie et homéopathie. Je n'avais plus le goût d'être esthéticienne et j'ai donc commencé à guider les gens pour qu'il soient en santé», mentionne Diane Charest.

Entre les consultations privées, les ateliers et conférences et le projet d'écriture d'un livre sur la santé, Mme Charest s'est rendue compte qu'elle pointait un peu trop dans toutes les directions et a donc choisi avec la collaboration de Mme Savard de concentrer ses efforts et de discerner ce qui devait être priorisé. «Comme travailleur autonome, on est face à notre propre miroir et parfois on ne voit pas nécessairement clair. Il était nécessaire que je fasse appel à une ressource qui avait plus d'expérience que moi en gestion. Un coach peut nous apprendre plus vite et nous empêcher de tourner en rond», raconte Mme Charest.

Au cours de huit rencontres avec Mme Savard à raison d'une fois par semaine, elle a été en mesure de clarifier ses besoins, d'identifier son potentiel, ses forces, ses talents, à les nommer et à les définir.

«Mme Savard m'a aidé à élaborer un plan d'action, notamment pour l'écriture d'un livre. Elle m'a même trouvé une formation sur les méthodes d'écriture appelée *Du tiroir à l'éditeur*», souligne la naturopathe-homéopathe.

Toute cette démarche a cependant été interrompue en raison d'un grave accident le 18 mars 2007. Alors qu'elle se promenait à pied au Mexique, lieu où elle a décidé d'aller pour écrire son livre, elle a été happée par un camion. Son état l'a obligée à entreprendre un programme de réadaptation physique majeur et ce dernier se poursuit toujours.

«Ma priorité a été de guérir en utilisant entre autres mes notions très pertinentes en naturopathie et homéopathie et de voir si j'avais encore le goût de continuer à donner des consultations», précise Mme Charest.

Au moment de retourner au travail, Diane Charest a sollicité deux rencontres avec Mme Savard qui lui ont permis de se repositionner et de confirmer que ses intérêts et passions étaient encore présentes. Ce n'était plus qu'une question de temps. «Nous avons été capables de regarder où

### Archives

[Un guichet unique pour les recours en relations du travail, dans la construction et de la qualification professionnelle](#)  
15 avril 2008

[À l'aide d'un coach de carrière : faire de ses rêves professionnels une réalité](#)  
15 avril 2008

[Réorientation de carrière ou nouveaux défis ? Le coach de carrière propose un plan de match bien structuré](#)  
7 avril 2008

[L'humour au travail, c'est du sérieux](#)  
31 mars 2008

[Comment choisir les enquêtes salariales à consulter ?](#)  
26 février 2008

[Les entreprises d'entraînement : une planche de salut pour réintégrer le marché du travail](#)  
24 mars 2008

[Création de 3 300 emplois au Québec en février](#)  
10 mars 2008

[Du télétravailleur au travailleur nomade : ne me cherchez plus au bureau ni à la maison, je travaille!](#)  
3 mars 2008

[Équilibre entre la vie professionnelle et personnelle - La responsabilité incombe à chaque individu](#)  
25 février 2008

[À quand l'organisation «nicotine zéro»? «nicotine zéro»?](#)  
19 février 2008

j'en étais avec mes projets et j'ai pu retrouver l'enthousiasme d'avancer petit à petit même si je n'avais pas beaucoup d'énergie. J'ai gardé le point de mire sur mes projets professionnels», renchérit Mme Charest. Lorsqu'elle retrouvera toutes les forces voulues pour réaliser ses projets, la naturopathe-homéopathe compte bien consulter de nouveau Madeleine Savard.

### **L'accréditation : une assurance-qualité**

D'après les propos de Mme Charest, il est évident qu'une démarche de coaching entraîne de grands changements dans une vie. Il est donc important de traiter avec un coach accrédité par l'*International Coach Federation (ICF)* et la Fédération internationale de coaching du Québec (FICQ).

«Ce n'est pas une garantie absolue du professionnalisme du coach, mais ça assure qu'il s'est engagée à respecter un code de déontologie, d'éthique, qu'il a suivi une formation vérifiée qui rencontre les onze compétences recommandées par l'ICF. C'est une assurance-qualité et ça donne de la prestance, de la crédibilité à notre profession de coach», affirme le président de la FICQ, M. Yvon Lachapelle.

Soulignons que l'ICF a été fondée en 1995 et regroupe 14 000 membres. La profession est en pleine progression à l'échelle mondiale. On note l'ajout de 300 nouveaux membres par mois.

Fondée en 2002, la FICQ est quant à elle une section locale de l'ICF. Elle rassemble actuellement 260 membres. On ne comptait que 30 adhérents en 2004. «Notre objectif pour 2008 est de dépasser les 300 membres», indique M. Lachapelle.

Sur le site Internet de la FICQ ([www.coachquebec.org](http://www.coachquebec.org)), il est possible pour les visiteurs d'avoir accès à une base de données des coachs qui sont référencés et accrédités par l'organisme.

Du 5 au 9 mai prochains, la FICQ participera à la Semaine de promotion du coaching professionnel au Québec. Par l'entremise de ses quatre sections locales basées à Montréal, à Québec, en Outaouais et en Estrie, la FICQ se rendra dans les entreprises et organismes afin d'y rencontrer des aspirants coachs et des clients potentiels. Soulignons qu'un important rassemblement sera organisé à Montréal en novembre prochain. Il s'agit du Congrès annuel mondial de l'ICF. Environ 1 700 coachs provenant de 40 pays y sont attendus.

### **Hyperlien utile :**

Fédération internationale de coaching du Québec (FICQ)  
[www.coachquebec.org/](http://www.coachquebec.org/)

[À propos de Workopolis](#)	[Communiqués de presse](#)	
[Contactez-nous](#)	[Possibilités d'emploi chez Workopolis](#)	
[Plan du site](#)	[Recherche d'emploi](#)	[Affichez un poste](#)
[Ressources Carrière](#)	[Ressources CV](#)	

Veuillez lire notre politique sur la [protection des renseignements personnels](#) ainsi que les [conditions d'utilisation du site Web](#). En utilisant ce site Web, vous vous engagez à être légalement lié par les conditions qui figurent dans chacun de ces dossiers.

la communauté workopolis.com  [Allez-y !](#)

Copyright © 2008 **workopolis.com**. Tous droits réservés.