



CE QUE L'ART M'A APPRIS SUR LE COACHING DE DIRIGEANTS DES IDÉES QUI MÉRITENT D'ÊTRE PARTAGÉES

PAR CAROLE DOUCET, MBA, PCC
COACH EXÉCUTIF ET D'AFFAIRES,
AUTEURE ET ARTISTE PROFESSIONNELLE

Tant pour un dirigeant développant des compétences de coaching que pour un coach professionnel, l'art peut transmettre des enseignements utiles pour le coaching de dirigeants. Voici trois principes fondamentaux inspirés de l'art !



COACHING D'AFFAIRES
CAROLE DOUCET

Vous souvenez-vous de la dernière fois où vous avez regardé une peinture, une sculpture ou une photographie? Qu'avez-vous vraiment vu ?

Nous passons tous les jours devant des œuvres d'art et nous sommes souvent trop occupés pour nous arrêter et prendre le temps de les regarder. Puis un jour, inconsciemment ou non, nous remarquons les couleurs, les textures, la lumière, les ombres et les dimensions. Alors, un lien s'établit ou pas avec l'œuvre, selon nos champs d'intérêt, nos perceptions, nos valeurs et les styles que nous aimons.



Néanmoins, nous vivons des émotions et faisons des découvertes. Cette rencontre a un impact. C'est pour cette raison qu'en tant que coach et artiste, je réalise à quel point l'art peut nous transmettre des enseignements utiles pour le coaching de dirigeants. Voici quelques idées qui valent la peine d'être partagées et diffusées !

Explorons les trois principes fondamentaux que j'ai appris par l'art au sujet du coaching de dirigeants :

- **Perspective**
- **Couleurs**
- **Composition**

GAGNER DE LA PERSPECTIVE

Une rivière étincelante qui n'a pas de fin, un sentier mystérieux dans les bois qui accroche l'œil... La perspective dans une peinture ou une photographie peut être fascinante.

Elle nous donne le sentiment d'en faire partie.



Du Latin « *perspectus* » – voir clairement – la perspective en art est la capacité de représenter sur une surface plane ou courbe les relations particulières entre les objets qui vont créer l'illusion de profondeur et de distance.

Aujourd'hui, nous pouvons même voir en trois dimensions sur une toile ou dans un film en portant des lunettes spéciales. Une œuvre d'art nous invite à voir les différentes dimensions et réalités d'un objet, d'une idée abstraite ou d'une émotion.

L'un des avantages du coaching de dirigeants, comme en art, est l'aptitude à voir les choses, les gens et les situations dans leurs relations authentiques ou selon leur importance relative. Nous **gagnons de la perspective** grâce à différents points de vue ou représentations mentales. Ceci nous permet également de percevoir plus clairement quand prendre des mesures et de nous sentir plus confiant lorsque nous vivons certaines situations. La perspective en affaires, comme en art, peut nous faire « voyager » et contribuer à notre bien-être. Pourquoi? Notamment, parce qu'elle éveille l'esprit et mène à davantage de créativité.

MÉLANGER LES COULEURS

Imaginons un bleu profond en Provence, touchant des champs de lavande et des tournesols jaunes. Notre cerveau comme nos yeux sont

**ACQUÉRIR DE LA
PERSPECTIVE
MÈNE À UNE
PLUS GRANDE
CRÉATIVITÉ.**

attirés par les couleurs. La couleur est très souvent la première chose qui attire notre attention dans une œuvre d'art ou dans une vue panoramique.



Comme me l'a dit un jour le grand pianiste de jazz Oliver Jones : « Je vois toujours des couleurs quand je joue de la musique. »

Les couleurs apparaissent par la réflexion de la lumière sur un objet coloré. Les trois couleurs primaires, avec le noir et le blanc, peuvent créer des combinaisons infinies de tons, de nuances et de luminosité.

De la même façon, chaque personne crée et diffuse une combinaison unique de couleurs, ce qui lui donne un caractère propre ou une qualité distincte, comme la tonalité particulière d'un morceau de musique.

En coaching de dirigeants, chaque partenaire « colore » la relation, apporte des réflexions de vivacité, d'authenticité, d'individualité et de lumière. Et bien sûr, certaines couleurs s'accordent mieux... comme les partenaires de coaching !

CONSTRUIRE LA COMPOSITION

Que ce soit abstrait, impressionniste ou surréaliste, on peut se demander où les artistes puisent leur inspiration.



Mis à part les couleurs et la perspective, les artistes réunissent les

visuels, les médias, les formes et l'espace qui seront liés les uns aux autres. Bien qu'elles soient sur un support fixe, ces compositions émettent du mouvement, du rythme et un flot d'énergie. La même chose se produit en coaching de dirigeants où tant les cadres que les chefs de service et le coach composent la relation, en réunissant confiance, engagement, satisfaction et apprentissage.

L'espace de coaching est constitué d'explorations et de conversations qui ont le pouvoir de créer des prises de conscience. Ces prises de conscience font jaillir à leur tour des décisions judicieuses, des actions et des incidences positives.

APPRENDRE DE L'ART

Tant pour un dirigeant développant des compétences de coaching que pour un coach professionnel, perspective, couleurs et composition issues de l'art sont sources d'analogies inspirantes.



Elles nous rappellent la valeur extrêmement élevée et la beauté de la création et de la « composition » d'une relation, en apportant un authentique mélange de couleurs, de luminosité et de tons, et en gagnant de la perspective pour susciter des prises de conscience puissantes menant à des actions, des comportements et une performance qui produiront des impacts positifs.

Comment l'art vous inspire-t-il ?

EN COACHING
DE DIRIGEANTS,
CHAQUE
PARTENAIRE
« COLORE »
LA RELATION.

Pour en savoir plus sur les bénéfices du coaching exécutif, contactez Carole Doucet au 514.237.5065 ou sur voirplusclair.com.

À PROPOS DE L'AUTEURE



Comme coach exécutif & d'affaires, Carole Doucet aide les dirigeants et les professionnels performants à progresser plus

rapidement, avec plus d'impact, d'assurance et de satisfaction. Comment ? En contribuant à voir plus clair.

Les leaders, tout comme les athlètes, méritent de déployer leurs talents et leur potentiel avec un coach professionnel comme partenaire.

Les services de coaching exécutif et d'affaires offerts par Carole Doucet contribuent à maximiser le niveau de « focus », de performance et de satisfaction.

Son parcours professionnel lui permet de faire bénéficier ses clients et son réseau de partenaires d'une expérience de plus de 25 ans dans la PME, les cabinets-conseil et les institutions financières.

Elle est titulaire d'un MBA pour cadres de l'UQAM, d'un baccalauréat en finance et commerce international de l'Université McGill et d'une certification en coaching de l'International Coach Federation (PCC) et de l'Institut de Coaching IDC de Genève. Elle est membre du NeuroLeadership Institute et de l'Institute of Coaching Professional Association (ICPA) affilié à l'Université Harvard.

Auteure de nombreux articles et d'un livre numérique, elle pilote également une carrière d'artiste peintre professionnel, dont les tableaux sont récipiendaires de nombreux prix au Québec et à l'international.