

# Sommaire

Remerciements .....	5
Avant-propos .....	11
Embarquement... ..	15
Préface .....	17
<b>Chapitre 1 - La rencontre</b> .....	<b>21</b>
<b>Chapitre 2 - Les préambules nécessaires</b> .....	<b>27</b>
Savoir se connaître, avoir « conscience du Soi » .....	27
Les premiers contacts : de la maladresse à l'enthousiasme .....	34
<b>Chapitre 3 - Les « pouvoirs » du coach</b> .....	<b>41</b>
Introduction .....	41
Le code de bonne conduite ou la déontologie du coach .....	49
<b>Chapitre 4 - L'écoute active... « Réactive »</b> .....	<b>55</b>
Introduction .....	55
Ici et maintenant .....	57
Écoute active et bienveillance .....	60
Direction « Empathie »... ..	65
« La mer des émotions » .....	69
Le silence, l'humour, ou le poids des mots ! .....	72

<b>Chapitre 5 - « Connais-toi, toi-même ! »</b> .....	81
Introduction.....	81
Savoir reconnaître son « dominant » et développer son aspect positif...	85
« Valeur, toi-même » ! Reconnaître ses propres valeurs.....	91
Pourquoi les clients nous écoutent-ils ? .....	92
Transfert et contre transfert où comment mettre à distance .....	94
Que fait le coach après avoir dit « au revoir » ? .....	96
<b>Chapitre 6 - Les limites de la posture ou de l'imposture !</b> .....	103
Introduction.....	103
Savoir reconnaître ses propres limites et passer le relais.....	109
Épilogue - Le départ, un point de vue partagé .....	111
Bibliographie.....	119
À propos de l'auteur .....	121