

**LE COACH  
ET SON COUSIN  
LE PHILOSOPHE**



Alexandra Puppinck Bortoli

# LE COACH ET SON COUSIN LE PHILOSOPHE

La « boîte à outils » philo du coach

Illustrations de Garance Goux

Illustration de couverture: Adobe Stock  
Création graphique de la couverture: Studio Dunod

Le pictogramme qui figure ci-contre mérite une explication. Son objet est d'alerter le lecteur sur la menace que représente pour l'avenir de l'écrit, particulièrement dans le domaine de l'édition technique et universitaire, le développement massif du photocopillage.

Le Code de la propriété intellectuelle du 1<sup>er</sup> juillet 1992 interdit en effet expressément la photocopie à usage collectif sans autorisation des ayants droit. Or, cette pratique s'est généralisée dans les établissements

d'enseignement supérieur, provoquant une baisse brutale des achats de livres et de revues, au point que la possibilité même pour

les auteurs de créer des œuvres nouvelles et de les faire éditer correctement est aujourd'hui menacée. Nous rappelons donc que toute reproduction, partielle ou totale, de la présente publication est interdite sans autorisation de l'auteur, de son éditeur ou du

Centre français d'exploitation du droit de copie (CFC, 20, rue des Grands-Augustins, 75006 Paris).



© InterEditions, 2021  
InterEditions est une marque de  
Dunod Éditeur, 11 rue Paul Bert, 92240 Malakoff  
ISBN: 978-2-7296-1921-3

Le Code de la propriété intellectuelle n'autorisant, aux termes de l'article L. 122-5, 2<sup>o</sup> et 3<sup>o</sup> a), d'une part, que les « copies ou reproductions strictement réservées à l'usage privé du copiste et non destinées à une utilisation collective » et, d'autre part, que les analyses et les courtes citations dans un but d'exemple et d'illustration, « toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle faite sans le consentement de l'auteur ou de ses ayants droit ou ayants cause est illicite » (art. L. 122-4).

Cette représentation ou reproduction, par quelque procédé que ce soit, constituerait donc une contrefaçon sanctionnée par les articles L. 335-2 et suivants du Code de la propriété intellectuelle.

*Aux coachs-apprentis qui,  
en m'offrant la joie de les accompagner  
dans leur formation, m'ont tant appris !*

*À mes si chers parents,  
dont le discernement et la fantaisie  
sont légendaires, à ce que je sache !*



*un héritage commun*

# Sommaire

Introduction .....	IX
<i>Coachs, revendiquez votre héritage, vous êtes aussi les héritiers des philosophes ! Et non pas uniquement des psychologues ou des sportifs.</i>	

## *Première partie*

### **LA RECONQUÊTE D'UNE GRANDE FAMILLE ET D'UN FASCINANT HÉRITAGE**

1. QUAND DEUX COUSINS SE RETROUVENT.....	3
2. L'ÂIEUL, SOCRATE .....	9
3. DES SIÈCLES DE PENSÉE ET LEURS PÉPITES .....	19

## *Deuxième partie*

### **COACHS ET PHILOSOPHES, DES POSTURES ET DES FINALITÉS SIMILAIRES**

#### *Vers une boîte à outils revisitée*

4. LA PHILO, UN ART DE PENSER OU UN ART DE VIVRE?.....	71
5. UN ART DE PENSER AUSSI : LE DISCERNEMENT.....	85

*Troisième partie***LA BOÎTE À OUTILS PHILO DU COACH****DE CLARA ET HENRI***L'héritage reconquis*

6. TOUR D'HORIZON DE NOTIONS CLÉS ÉCLAIRÉES	
À LA LUMIÈRE DES PHILOSOPHES .....	101
Conclusion .....	169
<i>Un arbre généalogique commun</i>	
La bibliothèque de Clara et Henri .....	171
Remerciements .....	175
À propos de l'auteur .....	177
Table des matières .....	179



# Introduction

*Coachs, revendiquez votre héritage,  
vous êtes aussi les héritiers des philosophes !  
Et non pas uniquement des psychologues ou des sportifs.*

COACHS, RETROUVEZ LE CHEMIN DE LA PHILOSOPHIE! Ce livre est né de la conviction que le coaching puise ses origines dans la philosophie et s'inscrit dans une histoire commune avec les philosophes. À ce titre, un coach ne peut rester étranger ni insensible aux innombrables richesses de cet héritage. Le coach et le philosophe sont de proches cousins qui ne se connaissent pas ou si peu, il nous revient de faire les présentations!

Sous la forme spontanée d'un dialogue de fiction – entre Clara, professeur de philosophie et son cousin Henri, coach – ce livre illustré nous fait entrer dans l'univers de la philosophie de manière vivante. La seconde partie du livre s'ouvre sur « *une boîte à outils philo* » qui offre aux coachs un tour d'horizon de notions clés éclairées à la lumière des philosophes.

Formée à la fois en philosophie et au coaching, j'exerce en tant que superviseur et coach. J'« enseigne » le coaching depuis de nombreuses années au sein de l'EFC-MHD<sup>1</sup> et HEC<sup>2</sup>, j'y ai créé le module « *Philosophie et discernement en coaching* ».

---

1. EFC: École française de coaching.

2. École des hautes études commerciales.

Cet ouvrage, sollicité par de nombreux stagiaires, propose de prendre de la distance par rapport au métier de coach pour en saisir l'essence philosophique. L'enjeu, ici, est de rendre audible la voix des philosophes et accessible ce qui semble a priori complexe ou lointain. Le coach peut sans crainte puiser dans les trésors et les ressources que lui offre la philosophie pour non seulement observer et interroger le monde et les hommes d'un œil différent, mais aussi pour développer sa pratique la plus concrète.

Le corpus du coaching a tout à gagner à s'enrichir de celui de la philosophie !

Le défi sera relevé si ce manuel permet aux coaches et futurs coaches de faire des liens entre leur métier et la philosophie, et d'être sensibles aux apports de celle-ci dans leur formation et leur pratique. La philosophie peut s'avérer leur être une grille de lecture utile.

Mon vœu est de susciter la curiosité, l'envie et le goût de découvrir toujours plus ce trésor commun qu'est notre philosophie occidentale.

Coachs, redécouvrez votre héritage et votre histoire ! Pour l'heure, laissons la parole à Clara et Henri ...

*Partie*

**I**

LA RECONQUÊTE  
D'UNE GRANDE FAMILLE  
ET D'UN FASCINANT  
HÉRITAGE



# 1

---

## QUAND DEUX COUSINS SE RETROUVENT...

*En voiture avec Clara et Henri !*

*«Alors, toi aussi tu viens du ciel !  
De quelle planète es-tu ? »*

Antoine de Saint-Exupéry – *Le Petit Prince*

TROIS SEMAINES PLUS TÔT, Clara avait reçu une invitation pour le mariage de sa cousine Isaure, en Alsace. Elle bouclait sa valise en tentant désespérément d’y faire entrer, dans le peu de place qu’il restait, deux livres de la philosophe Hannah Arendt qu’elle s’était promis de lire depuis bien longtemps lorsque le téléphone vibra dans sa poche. C’était Isaure qui, plus enjouée que d’ordinaire, lui demandait – entre deux *« je suis stressée, tu n’imagines pas »* – si elle pouvait emmener Henri avec elle en voiture, un cousin éloigné, très sympathique, précisa-t-elle comme pour la rassurer et la convaincre, – *« et tu verras, il est coach, vous aurez une multitude de choses à vous raconter ! Je t’envoie son numéro, il attend ton appel »* ajouta-t-elle. Sans avoir eu le temps de dire quoique ce soit à sa cousine, celle-ci ayant déjà raccroché, Clara, plus surprise qu’agacée, réalisa qu’elle allait devoir faire la conversation durant 5 heures, de Paris à Colmar, à un parfait inconnu, un coach, qui semblait-il, était son cousin. Pourquoi une prof de philo et un coach auraient-ils tant de choses à se raconter ? Clara resta perplexe.

Le rendez-vous était fixé à 8 heures du matin, devant les grilles du jardin des Plantes, elle l'attendait dans sa voiture rouge qui la rendait bien reconnaissable. Clara songeait à la journée qui l'attendait. Célibataire depuis un moment qu'elle trouvait un peu long à son goût, elle redoutait les mariages. Les mariages c'est bien, surtout quand c'est le sien – cette pensée hautement philosophique lui traversait l'esprit lorsqu'un homme qui devait être Henri frappa à la vitre de sa voiture et la fit sursauter.

La valise et le cadeau de mariage dans le coffre, le costume étendu bien à plat sur le siège arrière et une bouteille d'Évian calée entre les pieds du copilote, les voilà en route pour l'Alsace.

Après les habituels échanges de courtoisie qui permettent à chacun de s'approprier et s'habituer doucement à l'idée de devoir partager les trois mètres carrés de l'habitable, Clara posa l'incontournable question :

– Alors comme ça tu es coach ? Je me permets de te tutoyer, après tout, nous sommes cousins, paraît-il.

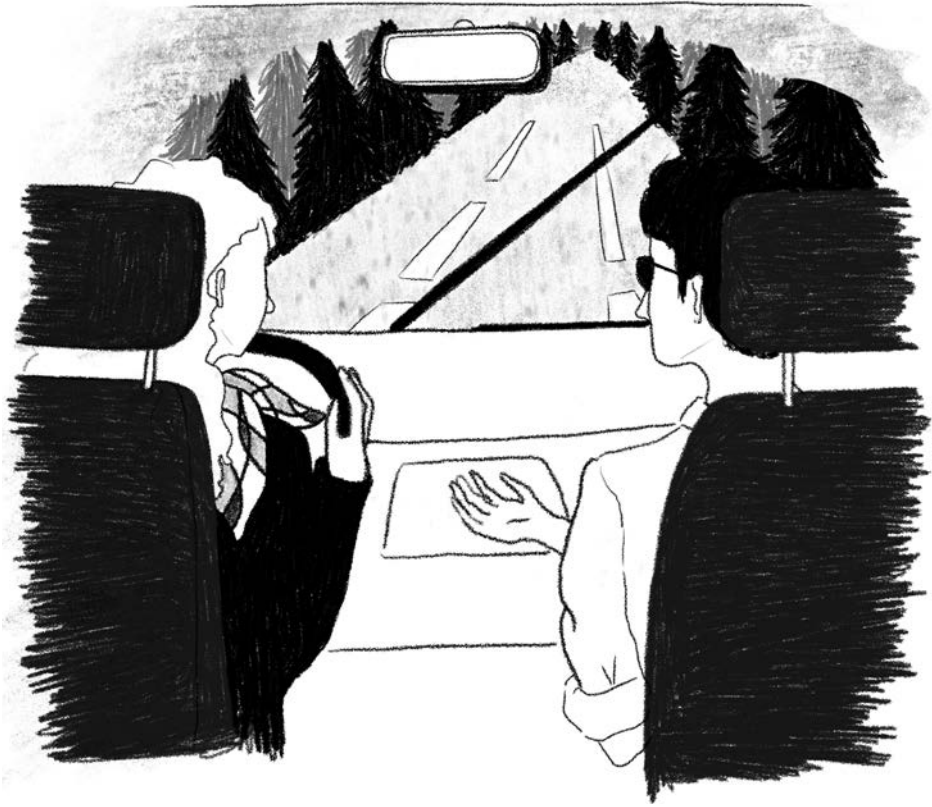
Cette question anodine, pour remplir le temps et combler un potentiel silence embarrassant, allait les faire voyager bien au-delà de leur destination.

Henri, passionné par son métier de coach qu'il pratiquait depuis 10 ans déjà, était ravi de pouvoir en parler.

– Oui, et toi philosophe, m'a dit Isaure, dit-il d'un ton complice et légèrement provocateur.

– Philosophe, philosophe... Un bien grand mot ! J'ai étudié la philosophie et je l'enseigne. De là à être philosophe !

Les philosophes, Clara les connaissait, elle en avait fait ses meilleurs amis depuis son adolescence et ne se lassait pas de les redécouvrir encore. Clara avait dit cela en tournant la tête vers Henri qui la regardait d'un air qui voulait dire : mais encore ? Alors, la prof de philo prit sa voix de circonstance, sans même s'en apercevoir, ce qui amusa Henri, et s'embarqua, presque malgré elle, dans une explication. Les yeux rivés sur la route, légèrement hypnotisés par la monotonie de l'autoroute, l'esprit de Clara s'échappa, tandis que son corps et ses réflexes bien présents, eux, s'occupaient de la conduite.



### En route vers les chemins de la philosophie

– La philosophie, tu sais, c’est un peu comme le vin ; quand on y trempe ses lèvres pour la première fois enfant, on trouve cela aigre et piquant, on ne peut retenir une petite grimace. Puis, plus tard, à force d’y goûter, on y prend goût. Et on découvre alors un univers infini et passionnant : des terroirs, des cépages, des techniques, des saveurs, des arômes, des couleurs... Notre palais devient sensible à toutes ses nuances. Un monde ou plutôt des mondes s’ouvrent à nous.

Henri s’étonna que l’on puisse comparer la philosophie au vin. Mais pourquoi pas, se dit-il. En effet, plusieurs fois il avait fait la grimace pendant ses cours de philosophie au lycée !

– Ou dit autrement, poursuivit Clara dont l’imagination foisonnait, chaque philosophe est tel une île insoupçonnée aux reliefs impressionnants ouvrant sur de larges et lumineux horizons ou sur des vallées

profondes couvertes de forêts sombres à s'y perdre. Chaque philosophe est une terre à explorer, certaines sont plus arides que d'autres, mais chacune promet une aventure qui nous montre combien le monde est grand.

Henri ne douta pas un instant que Clara fût passionnée. La philosophie nous ferait voir le monde plus vaste... et on y prendrait goût, comme pour le bon vin. Voici déjà deux bonnes raisons de s'y intéresser, songea-t-il. Il avait bien envie lui aussi de trouver une métaphore pour lui parler du coaching; ce qui lui vint à l'esprit fut le personnage de Socrate, mais il avait affaire à une philosophe, il ne marcherait pas sur ses platebandes.

– À mon tour! Connais-tu la fameuse Transat? Henri n'attendit pas la réponse, passionné de voile, il enchaîna. Eh bien voilà, la Transat, d'origine anglaise, est une course à la voile transatlantique d'Est en Ouest, qui relie l'Europe à la côte Est des États-Unis. C'est une course en solitaire, qui d'ailleurs sourit aux Français : onze victoires françaises sur seize épreuves! se plût-il à préciser... Le coaching, c'est comme une course à la voile! Nous savons d'où nous partons, le port de départ pour le marin ou la situation de départ pour le coaché; nous savons aussi, grâce à l'objectif fixé, où nous souhaitons nous rendre : le port d'arrivée. Mais entre les deux, tout peut arriver. Nous avons bien une idée du chemin à parcourir mais la route se fraiera au jour le jour.

Tout au long de ce périple, le coach accompagne le marin sans être dans le bateau. Il reste à la bonne distance, ni trop près ni trop loin, dans un bateau à moteur ou sur la terre ferme. Le marin, seul à la barre, tient son vaisseau. Comment le coach trouverait-il la distance nécessaire pour aider son coaché s'il se trouvait dans le « même bateau »? Il subirait lui aussi les tempêtes – mieux connues par le marin d'ailleurs. Bien trop impliqué, aveuglé par les embruns, grisé par l'enjeu ou encore jouant les sauveurs, le coach finirait presque par vouloir barrer à la place du marin au moindre coup dur. Qui mieux qu'un marin sait naviguer ou qui mieux qu'un dirigeant ou un manager sait diriger une équipe...