



## Capita Selecta

[www.hrm.net/capitaselecta](http://www.hrm.net/capitaselecta)

### **Socrate : précurseur du coaching?**

**Par Françoise Sax (International Coach Federation)**

Socrate (470-399 av.J.C.) était connu pour l'exercice de la « maïeutique », c'est-à-dire, par des questions, amener l'esprit de son interlocuteur à penser par soi-même. Socrate se disait accoucheur des âmes. Pour Socrate, la philosophie est un acte, en conséquence on ne peut qu'apprendre à philosopher. Pour les coaches, le coaching est un acte d'accompagnement et de révélation de réflexion, de ressenti et d'action. Coacher est un art, une discipline qui s'apprennent, se cultivent et se pratiquent au quotidien. La quête de vérité et de la connaissance de l'homme de Socrate nous concerne, en conduisant l'homme à méditer sur lui-même, en remettant en question les idées reçues. En quoi le coach du 21<sup>ème</sup> siècle peut-il prétendre qu'une partie de sa pratique relève de Socrate ? Les propos ci-dessous ne se veulent pas être un traité philosophique mais une réflexion rapide, donc forcément réductrice, sur les similitudes des méthodes.

### **L'Ironie socratique**

En grec, le mot « ironie » veut dire « interrogation ». L'ironie de Socrate est une manière de philosopher en posant des questions, apparemment éloignées les unes des autres, pour mettre l'interlocuteur face à ses contradictions.

On peut distinguer deux manières d'interroger :

- l'interrogation spéculative : il s'agit ici d'obtenir une réponse entièrement satisfaisante, interroger ici désigne le rapport d'un individu avec un autre individu à l'objet en question
- l'interrogation ironique : désigne ici le rapport d'un individu avec un autre individu ; on n'interroge pas d'abord en vue d'obtenir une réponse mais pour détruire par ses questions le contenu apparemment solide du savoir d'autrui. L'interrogation ironique vise à éveiller la méfiance d'autrui à l'égard des préjugés.

Après avoir été interrogés, les interlocuteurs de Socrate se rendaient compte de leur ignorance quant à l'essentiel ; ils en arrivaient à la conviction que leur savoir n'était pas fondé. Ils tombaient donc dans un état de perplexité, d'embarras, d'incertitude, de doutes qui se dit en grec *aporia*. Jankélévitch disait : « Socrate jette les hommes dans la perplexité de l'aporia qui est le trouble symptomatique engendré par l'ironie ». L'ironie est une attitude profondément philosophique parce qu'on commence toujours en philosophie par le doute ou par l'étonnement. Platon disait : « L'étonnement, l'émerveillement, c'est le sentiment tout à fait caractéristique du philosophe ».

Comme le faisait Socrate, le questionnement du coach n'est pas, seulement, un questionnement lié à une demande d'informations, ou de vérifications mais constitue un questionnement qui a pour objectif de faire avancer l'autre. Un questionnement qui amène son interlocuteur à ouvrir ses champs de perception, à imaginer d'autres hypothèses, à se mettre à la place des autres, à entrevoir des points de vue qui lui échappaient, qu'il n'avait peut-être même pas envisagés, à se donner des choix,...

Le corollaire évident de ce type de questionnement est l'écoute active, à savoir « entendre » ce qui dit l'autre en allant au-delà du contenu des mots, comprendre ce qu'il ressent, ce qui l'a amené à ce ressenti et à cette réflexion, bref le coach doit être perméable à tout, être comme une « parabole » qui capte tous les messages et les meta-messages. Cette aptitude, seule, permet de pourvoir poser les questions vraiment pertinentes qui feront bouger le coaché.

### **La « Maïeutique »**

L'art d'accoucher les esprits. Dans les propos de Socrate « Je suis un accoucheur des âmes », « C'est toi qui le diras », « Je sais que je ne sais rien », se trouvent, pour la plus grande part, la démarche du coach. Un des postulats de base du coaching est de croire fermement qu'il existe dans chaque être humain un nombre de potentiels inimaginables et surtout inutilisés. Pour utiliser une métaphore, si l'être humain était un château, c'est comme s'il vivait dans une, deux voire six pièces de son château alors qu'il y en a 800, sans compter les sous-sols, les greniers, le cellier, le parc...et qu'il ignore tout cela. Le questionnement peut déranger, certains diront même « il doit » déranger. Il va nous mettre face à nos propres contradictions, à nos paradoxes, à nos jugements, et nous plonger, ainsi parfois, dans une zone d'inconfort. Mais ces passages-là sont nécessaires car ils vont permettre au coaché d'avoir accès à ses potentiels, à les découvrir, les repérer, les « fréquenter » et ainsi à être plus créatif, notamment dans la recherche de solutions concrètes. En cela, le coach est un « accoucheur », un « éveilleur », il va permettre au coaché de se découvrir lui-même, de s'accoucher de lui-même (être centré et connecté).

Socrate prétendait ne rien savoir mais en fait, il savait quelque chose puisqu'il connaissait son ignorance, mais ce quelque chose qu'il connaissait n'avait pas de contenu objectif; c'est le savoir du non-savoir. L'ironie souligne le caractère relatif et partiel de tout savoir bref : " L'ironie est le savoir de l'intelligence ". L'ironie a pour mission de critiquer, Socrate est l'esprit critique de son temps.

Le « Je sais que je ne sais rien » et le « C'est toi qui le diras » de Socrate, repris par le coach ont, aussi, pour objectif de laisser le coaché trouver, par lui-même, ses solutions. Ce qui a le grand avantage d'être presque une condition pour une mise en application concrète par le coaché. Il s'est impliqué personnellement dans la recherche de la solution donc il l'applique parce qu'il a découvert par lui-même les avantages, les tenants et aboutissants de la solution. La solution est la fin d'un long processus. Ce qui démontre bien également que le coaching n'est pas du consulting ! Le détachement du coach par rapport à ses propres connaissances, expériences, compétences, lors de la séance de coaching lui donne une attitude d'ouverture et d'humilité vis-à-vis du coaché, attitude nécessaire pour être disponible complètement à la problématique du coaché. C'est aussi en cela que l'on ne naît pas coach et que l'on ne le devient pas en « trois cuillères à pot ». Cela demande un énorme travail, en formations et en intégration de celles-ci, en pratique, en supervision et en travail sur soi pour arriver à être un coach professionnel.

### **La dialectique**

En grec, ce mot veut dire « l'art de discuter ». L'Art de Discuter ne veut pas dire deviser, raconter, polémiquer mais raisonner en analysant la réalité (les réalités ?) et en mettant en évidence les contradictions de celles-ci et cela pour chercher à les dépasser. C'est avancer sur les « voies de la Vérité ». Si la qualité de la relation est fondamentale entre le coaché et son coach, le coaching n'est pas pour autant une conversation de salon de thé. Il est nécessaire que le coaché acquiert de la flexibilité et de l'adaptabilité et cela ne se fait pas toujours sans remise en question, sans perte de ses certitudes, sans période de doute. Celles-ci sont indispensables pour évoluer. Pour résumer, la séance de coaching n'est pas toujours « confortable ».

Enfin, le coach souscrit également à la thèse de Socrate " Nul n'est méchant volontairement ". Cette thèse correspond, notamment, aux présupposés de l'Ecole Palo Alto, et de la P.N.L. (Programmation Neuro-Linguistique) en particulier, qui soutiennent qu'il existe sous chaque comportement une intention positive.

Je ne peux terminer ce rapide tour d'horizon sans le fameux « Connais-toi toi-même » cher à Socrate ! Socrate avait pris pour devise le connais-toi toi même qui était une maxime gravée dans le vestibule du temple de Delphes ; l'homme grec apprenait le sens de la mesure. " Connaissons notre portée ", " La mesure est la meilleure des choses", le "Connais toi toi-même" ne sont pas une invitation à une introspection psychologique mais la proclamation des limites de l'homme. Ce précepte est la formule la plus haute de la sagesse des limites. Ce précepte s'applique en premier au coach lui-même, car c'est justement « la » bonne démarche pour ne pas jouer à « l'apprenti sorcier ». Le coach doit faire face, comme tout être humain, à ce paradoxe: connaître sa puissance et connaître ses limites. Ce même précepte s'applique également au coaché car sa finalité correspond, très souvent, à l'aboutissement du processus de coaching.

Est-ce que Socrate serait heureux d'être ainsi utilisé aujourd'hui ? Il y a, en tout cas, fort à parier qu'il apprécierait sûrement les polémiques autour de ce métier auquel il est associé !

*Françoise Sax (Présidente Commission Ethique [International Coach Federation](#))*