

Question de confiance : Un coach à la Star Académie est-ce possible ? Magali Dieux, coach vocal, accompagne les jeunes artistes dans leur progression pour donner le meilleur d'eux-mêmes dans cette aventure.

Elle évoque cet accompagnement avec Béatrice Rivet d'Optimcoach. Interview d'une personnalité originale, professeur de chant, qui participe à 20 ans au championnat du monde de parapente, et qui depuis coache tout autant des managers, des sportifs que des artistes lyriques !

MD : Il ne suffit pas d'avoir confiance en soi. Dans cette difficile aventure, mélange d'enjeux artistiques et télévisuels, j'observe que les jeunes ont parfois une croyance négative sur la vie : la vie est pourrie !

BR : Comment travaillez-vous concrètement avec les candidats de la Star'Ac?

MD : Ce qui m'intéresse, c'est de croiser les méthodes. J'aime l'enjeu impossible de faire du coaching alors que la 1ere entorse à la déontologie, c'est la non confidentialité. Arriver à faire quand même quelque chose qui aide la personne dans ce contexte particulier. Je suis convaincue que c'est possible. Cela ne se fait pas sans difficulté, ni à coup sûr. Il n'y a pas 100% de réussite, pour l'instant, mais il reste 3 mois. C'est là que la confiance entre le coaché et le coach est importante : **C'est plus que de la confiance, c'est une alliance.** Les candidats finissent pas lâcher prise et oublient sa présence. Quand l'alliance est la plus forte, rien n'est indécent.

BR : Qu'est-ce pour vous que la confiance dans ce contexte et qu'a-t-elle permis ?

MD : Elle a permis l'ouverture. Par exemple , Maureen n'arrivait pas à s'ouvrir et à être naturelle sur scène. Je lui ai dit : « Tu as raison, protège-toi, c'est mieux pour toi. » Cela lui a permis de se sentir reconnue. A partir du moment où j'ai accordé de la place à ce comportement, elle a pu peu à peu s'ouvrir. La confiance dans les autres, c'est d'abord la confiance qu'on met dans son coach.

Ensuite, la confiance permet d'accéder à sa part d'ombre, de ne plus avoir peur de la nommer. Je leur dis : « Ce n'est pas un ennemi, faites un pacte avec cette collaboratrice qui peut vous faire gagner. Quand on joue aux cartes, on a aussi des petites cartes, elles peuvent faire la différence à un moment crucial. » En apprivoisant cette ombre, on découvre son intention positive et on peut s'en servir.

BR : Par exemple dans un autre contexte ?

MD : Je pense à une cliente dont l'exubérance lui posait des problèmes relationnels à son niveau de poste. J'ai compris que son comportement n'était pas cohérent avec ce qu'elle est réellement. Elle a découvert que sa part d'ombre était sa grande timidité. En y mettant un mot positif, « réservée », cela lui a permis de trouver la fonction positive de ce retrait et de donner une connotation élégante, empreinte de mystère, de féminité. Elle s'est réconciliée avec son ombre - sa timidité - et l'a mise en paix.

BR : Comment résumeriez-vous votre façon de faire ?

MD : Je crée d'abord l'alliance, cela permet à la personne, jeune artiste ou cadre an entreprise d'ailleurs, de développer sa confiance d'abord en moi, puis dans les autres.