

*Les Pouilles*  
LE CHARME  
RURAL  
DE L'ITALIE

*Côté psycho*  
BOOSTEZ VOTRE BONNE  
HUMEUR

**À GAGNER**  
DES VACANCES  
EN MOBILE  
HOME



**10** *Faciles !*  
SAVOUREUSES  
RECETTES AVEC  
DU FROMAGE FRAIS

# BIEN SOULAGER *votre dos*

SÉDENTARITÉ, SOMMEIL, STRESS...

*C'est  
d'actualité*  
FAUT-IL SE MÉFIER  
DES COACHS ?

Témoignage  
"Mon conjoint  
a organisé  
notre mariage  
pendant mon  
cancer"

N°2062 du 4 au 10 MAI 2026 BAUER MEDIA CPAP

L 14760 - 2062 - F. 2,70 €

DEL 3 € P. 92083 € - CH. 4,60 CHF / V02 87855 - E.U.X. 3,20 € - ALL. 3,10 € - AUT. 3,10 €  
ESP. 3,10 € - ITA. 3,10 € - POR. 3,10 € - BR. 3,10 € - MAR. 34 MAD. - TUN. 7 TND. - DOM. 4,30 €  
DOM. B. 2,80 € - TOM. P. 0,1220 XPF - TOM. P. 0,1220 XPF - TOM. P. 0,1220 XPF - ZAA. 3,800 CFA



Comment le personnage du coach joué par Pierre Niney devient-il gourou ?

*Le film Gourou montre leurs dérives*

# FAUT-IL SE MÉFIER *des coachs ?*

Travail, sport, séduction, rangement : ils sont partout dans notre vie. Le succès du film *Gourou*, portée par Pierre Niney, pointe certaines dérives possibles.

AVEC NOTRE  
*experte*



**ÉMILIE DEVIENNE**  
ENSEIGNANTE  
ET COACH  
CERTIFIÉE\*

\* Rens. : [emiliedevienneauteure.com](http://emiliedevienneauteure.com)

**A**vec plus de deux millions de spectateurs en salles, *Gourou*\* est le deuxième plus gros succès français de ce début d'année, derrière *Le Marsupilami*\*\* . Si la présence de Pierre Niney y est sans doute pour beaucoup, le sujet du film interroge. L'acteur y interprète Mathieu Vasseur, le coach en développement personnel le plus suivi de France. Cependant, l'annonce d'un projet de loi imaginaire destiné à réglementer sa profession menace son empire... et son emprise. Il s'agit là d'une fiction, certes, mais qui pose quelques bonnes questions sur la place du coaching dans nos vies.

À l'origine, un coach désigne une personne chargée de l'entraînement d'un sportif ou d'une équipe. Par extension, c'est devenu un professionnel qui accompagne une personne pour l'aider à développer ses aptitudes ou atteindre un objectif. « Un coach, pour moi, c'est tout d'abord quelqu'un qui a suivi des études et une formation reconnue pendant au

moins un an, observe la coach Émilie Devienne, autrice de plusieurs livres de référence sur le sujet. C'est quelqu'un qui a appris une méthode et une éthique pour accompagner un questionnement. » Mais cette experte reconnaît que le terme recouvre aussi une réalité plus large. « Comme l'usage n'est pas du tout réglementé, par extension, il désigne aussi quelqu'un de légitime dans son domaine et qui se propose de transmettre un savoir-faire. »

## **Des domaines d'intervention divers**

**Travail, sport, études, séduction ou rangement, entre autres :** ils sont partout dans notre vie, personnelle et professionnelle. « En rentrant d'un rendez-vous avec un client, j'ai été interpellée par une publicité pour un "coach du sommeil", abonde notre experte. Par curiosité, je suis allée voir et je suis arrivée... chez un vendeur de matelas ! » Au-delà de l'anecdote, cette coach certifiée déplore que le titre

## ***Vous suivez un coaching...***

### **5 signaux qui doivent alerter**

**En matière de coaching, il faut savoir écouter son intuition. Voici les signaux d'un danger potentiel, d'arnaque et/ou d'emprise.**

- ✓ **Je n'ai pas signé de contrat.**
- ✓ **Je n'ai pas de visibilité sur la fin ni le prix du coaching.**
- ✓ **Le coach refuse de me parler de son diplôme ou de sa formation.**
- ✓ **Je me sens obligée d'appeler mon coach avant toute décision importante.**
- ✓ **Mon coach est intrusif dans ma vie ou ne veut pas que j'arrête mes séances.**

ne soit pas exclusivement réservé à des professionnels reconnus. « Bien sûr qu'il y a des coachs en image ou en rangement qui sont sérieux. Le problème est que le même mot est employé à toutes les sauces parce qu'il est à la mode. Aujourd'hui, sur le marché, cela va du "coach de vie" à un "astro-coach", par exemple. » Méfiance, donc...

Si les domaines d'intervention des coachs sont larges, Émilie Devienne invite de futurs clients à être particulièrement vigilants si le sujet traité est personnel. « J'ai déjà suivi, par exemple, des femmes en reconversion professionnelle ou en questionnement après un divorce. » Cependant, cette professionnelle rappelle d'emblée qu'elle n'est pas psy. « On établit un contrat dès le départ et on est là pour clarifier et redéfinir un projet de vie sur un nombre de séances limitées. Or, et c'est ce qu'on voit dans le film avec Pierre Niney, la "gouroutisation", c'est quand le coach crée une dépendance avec son coaché. C'est un vrai danger pour certaines personnes fragiles. »

### **Écouter le bouche-à-oreille et les recommandations**

**Face au développement de la pratique, de nombreuses formations ont émergé.** Des dizaines d'écoles privées proposent des formations de six à dix-huit mois. Il existe aussi des formations reconnues par l'État et enregistrées au Répertoire National des Certifications Professionnelles (RNCP). À cela s'ajoutent des cycles plus longs à l'université. « Moi-même, j'enseigne à l'université Aix-Marseille dans le cadre d'un master en coaching, rappelle notre experte. Cependant, il est encore légal et possible d'exercer comme coach sans diplôme



officiel. Il faut donc faire attention, car n'importe qui peut s'afficher "coach". Mais l'offre est tellement large que le client peut se montrer exigeant », rassure Émilie Devienne. Pour confirmer le sérieux d'un coach, il est ainsi possible de vérifier s'il est

membre d'une association professionnelle. Les trois principales sont l'ICF (International Coach Federation), la Société française de coaching (SFCoach) et le Conseil International du coaching, du mentorat et de la supervision (EMCC). « Si on a trouvé un contact sur Internet, il faut vérifier son parcours et sa légitimité, ainsi que les avis en ligne. » Notre experte insiste aussi sur l'intérêt du bouche-à-oreille et des recommandations d'autres clients. « Suivant le sujet abordé, il peut être intéressant de contacter au moins deux professionnels différents avant de se lancer. Ensuite, faites-vous confiance et écoutez votre intuition. Il est important que vous puissiez cheminer main dans la main avec un coach avec qui vous vous sentiez bien. » Et qui dit aucune réglementation dit aussi que tous les prix sont permis. Tout dépend du sujet et du suivi nécessaire. « On ne peut pas comparer un coach en rangement, qui pourra proposer un forfait, à un coaching professionnel ou de vie avec des séances plus espacées sur la durée. » Les prix observés, à partir de 40 euros de l'heure, peuvent atteindre 150 euros pour des prestations très spécialisées. « Tout dépend des compétences et de l'expérience du coach, conclut notre experte. L'important est d'être prévenu, de bien choisir son coach et de savoir où on va et pourquoi. »

# 15 000

**COACHS  
PROFESSIONNELS  
exercent  
officiellement  
en France.**

*Source : Opiiec,  
l'Observatoire prospectif  
des métiers et des  
qualifications.*



Retrouvez la version  
audio de cet article  
sur l'application  
**kiosqueBauer**

*\*Film de Jean-Baptiste Delafon, Yann Gozlan.  
\*\* Film de Philippe Lacheau.*