

# Apprentissage pour les cadres



## UTILISATION DU MODÈLE BROP (GROW) POUR LE COACHING ET LE MENTORAT

Le modèle GROW est un cadre de travail orienté vers l'action visant à structurer les séances de coaching et de mentorat. Vous trouverez ci-dessous des suggestions sur la manière dont il peut être utilisé dans des séances individuelles et collectives.

	Réflexion individuelle	Réflexion en groupe (sur un seul enjeu)	Réflexion en groupe (sur un thème précis)
<b>A</b> Avantages de chaque approche	<ul style="list-style-type: none"> <li>La personne explore un seul enjeu en profondeur.</li> <li>La réflexion est propre à ses besoins.</li> <li>La réflexion peut être approfondie davantage et s'étendre à une situation.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Les participants apprennent des points de vue des autres.</li> <li>Ils peuvent développer leurs propres compétences en coaching.</li> <li>Ils établissent un solide réseau de soutien.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Les participants apprennent des points de vue et des défis des autres.</li> <li>Ils peuvent développer leurs propres compétences en coaching.</li> <li>Ils établissent un solide réseau de soutien.</li> </ul>
<b>B</b> BUTS Que voulez-vous?	<ul style="list-style-type: none"> <li>La personne établit les objectifs qu'elle aimerait atteindre durant la séance.</li> <li>Le mentor ou le coach aide la personne à atteindre ses objectifs.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Chaque participant dispose de son propre « temps d'antenne »*.</li> <li>Lorsqu'il prend la parole, le participant présente l'objectif qu'il souhaite atteindre au cours de la séance.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Le groupe de participants choisit un thème commun et chacun indique son propre objectif en fonction du thème choisi.</li> </ul>
<b>R</b> RÉALITÉ Quelle est la situation actuelle?	<ul style="list-style-type: none"> <li>La personne fait état de sa situation actuelle (survol du problème, contraintes, défis) à un mentor ou à un coach.</li> <li>Le mentor ou le coach peut lui poser des questions exploratoires pour l'encourager à fournir plus d'information sur la situation.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Le participant qui prend la parole fait état de sa situation actuelle en ce qui a trait à un problème (survol du problème, contraintes, défis) au reste du groupe.</li> <li>Les autres participants peuvent poser des questions exploratoires pour obtenir plus d'information.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Chaque participant fait état de sa situation actuelle en ce qui concerne le thème (survol du problème, contraintes, défis) au reste du groupe.</li> <li>Les autres participants peuvent poser des questions exploratoires pour obtenir plus d'information.</li> </ul>
<b>O</b> OPTIONS Que pouvez-vous faire?	<ul style="list-style-type: none"> <li>En fonction de son objectif et de sa réalité, la personne effectue un remue-méninges et explore des options qui lui permettront de résoudre son problème.</li> <li>Le mentor peut prodiguer des conseils, et le coach peut poser des questions exploratoires pour inciter à une réflexion critique.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Tous les participants posent des questions ouvertes, ce qui permet à chacun d'examiner son problème sous différents angles.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>L'ensemble des participants posent des questions ouvertes, ce qui permet à chaque participant d'examiner son problème de différentes façons.</li> </ul>
<b>P</b> PROCHAINE ÉTAPES Que ferez-vous?	<ul style="list-style-type: none"> <li>L'individu travaille avec le coach ou le mentor pour déterminer les mesures qu'il prendra pour atteindre son objectif.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Les participants ayant la parole présentent les mesures concrètes qu'ils prendront pour atteindre leur objectif.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Le participant présente les mesures concrètes qu'il prendra pour atteindre son objectif.</li> </ul>

\*Temps d'antenne : une séance de 60 à 90 minutes consacrée à l'objectif d'une personne.





## QUESTIONS POSSIBLES POUR CHAQUE ÉTAPE DU MODÈLE BROP (GROW)

BUTS	RÉALITÉ	OPTIONS	PROCHAINES ÉTAPES
<ul style="list-style-type: none"><li>• Quels résultats souhaitez-vous obtenir lors de cette séance?</li><li>• Pourquoi est-ce important pour vous?</li><li>• Est-ce un objectif réalisable compte tenu du temps dont nous disposons?</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Quelle est votre situation actuelle?</li><li>• Quelles mesures avez-vous déjà prises?</li><li>• Quels obstacles devrez-vous surmonter?</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Que pouvez-vous faire d'autre?</li><li>• Quels sont les avantages et les inconvénients de cette option?</li><li>• Quelles sont vos impressions concernant chaque option?</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Quelle option choisirez-vous?</li><li>• Quelles mesures prendrez-vous pour atteindre votre objectif, et quand le ferez-vous?</li><li>• À quel point tenez-vous à ces mesures?</li></ul>

## OCCASIONS D'UTILISER LE MODÈLE BROP (GROW)

- Séances de mentorat
- Séances de coaching
- Évaluations du rendement
- Conversations difficiles
- Cercles de coaching par les pairs
- Cercles de mentorat par les pairs