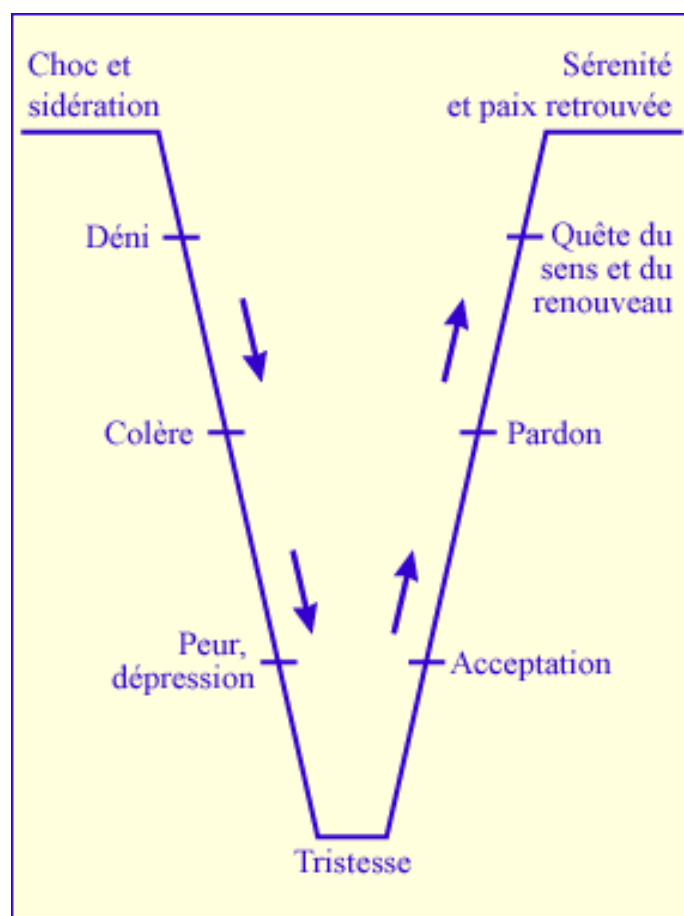


## Elisabeth Kübler-Ross - Le chemin de deuil

### Le deuil, une étape naturelle de la Vie

« Faire le deuil » est le processus d'adaptation psychologique d'un individu face au choc qu'il vient de subir, quelle qu'en soit la nature (perte d'emploi, décès d'un proche, relations de conflits au travail, etc). C'est un processus normal et universel qui conduit la personne coachée à retrouver sérénité et paix en elle.

### Courbe des étapes du deuil :



Exemple d'un coaching : La coachée avait des difficultés à retrouver un travail, avec une appréhension de son retour à l'emploi et une perte de confiance en elle, liées à son précédent poste qu'elle a quitté suite à des problèmes relationnels avec son employeur. Ses souvenirs de conflits répétitifs au travail (elle parlait même d'harcèlement moral au travail) lui empoisonnaient ses recherches d'emploi. Elle doutait d'elle-même, de ses valeurs humaines, de ses compétences, de son professionnalisme entachées au cours de cette période douloureuse.

Avant toutes actions de recherche d'emploi, un travail de deuil de cette expérience professionnelle difficile fût nécessaire pour la coachée afin d'envisager plus posément de futures relations avec un nouvel employeur-recruteur. La sérénité et la paix en elle recouvrées, la coachée s'est investie sur ses ressources avec confiance, légitimité et affirmation de soi pour activer des démarches de recherche d'emploi.