

## LES NIVEAUX DE RECADRAGE EN COACHING

### Le recadrage en séance de coaching

La coach propose à son client d'effectuer des recadrages, c'est-à-dire de multiplier ses cadres de référence, ses interprétations du réel. La technique du recadrage permet de changer de point de vue et d'envisager d'élargir le champ des possibles en proposant un autre cadre, une autre vision du monde au coaché.

Recadrer signifie modifier le contexte conceptuel et/ou émotionnel d'une situation ou le point de vue selon lequel elle est vécue », en la plaçant dans un autre cadre, qui correspond aussi bien, ou même mieux, « aux faits » de cette situation concrète, dont le sens, par conséquent, change complètement (Watzlawick 1981).

Le recadrage vise non pas la vérité mais l'efficacité d'un autre point de vue.

#### LES NIVEAUX DE RECADRAGE

