

DANS
LE
FOND

LE COACHING : PRINCIPES ET DÉRIVES COARES*

La sortie du film *Gourou* a contribué à mettre en lumière un domaine particulièrement exposé aux dérives sectaires : le coaching.

Recouvrant une multitude de pratiques, le coaching partage avec les mouvements sectaires la promesse de solutions simples, voire simplistes, à des problématiques souvent complexes.

L'article proposé vise ainsi à définir les frontières entre un accompagnement légitime et des pratiques pouvant relever de l'inacceptable.

* Comité d'observation et d'analyse de la radicalisation et de l'emprise sectaire de l'Unadfi

Il va être difficile d'aborder le sujet des dérives du coaching sans au préalable tenter la gageure de définir de quoi nous parlons exactement. En effet, c'est dans cette difficulté de définition que réside l'un des principaux problèmes qui découlent de cet ensemble de pratiques : l'absence de norme précise de ce qu'est le coaching rend à l'heure actuelle quasiment impossible son encadrement dans un cadre juridique et éthique clair. En 2004, la loi dite Accoyer visant à encadrer le titre de psychothérapeute y a échoué et la création officielle d'un titre professionnel en 2016 au Répertoire National des Certifications Professionnelles ont donné un cadre bureaucratique sans définir les contours éthiques et pratiques de la profession. Néanmoins, à l'occasion de la commission parlementaire sur les influenceurs ainsi que la sortie du film « Gourou » de Yann Gozlan, ont été mis en lumière auprès du grand public et des médias des pratiques qui interrogent au travers des auditions et des témoignages. Life Style, upgrading, rééquilibrage énergétique, mindset optimisateur... Petit tour d'horizon non-exhaustif des biais sémantiques et méthodologiques du coaching.

UN PEU D'HISTOIRE

Le mot coaching vient des coches, ces grandes carrioles collectives hongroises et son emploi au sens de mentor, tuteur, apparaît dans l'argot universitaire américain courant XIX^{ème} siècle, puis passe rapidement, toujours via l'université, dans le vocabulaire sportif. Les premiers qui vont employer le mot « coach » et « coaching » pour définir une activité qui s'approche de ce qui nous concerne aujourd'hui sont, dans les années cinquante, les membres de l'École de Palo Alto en Californie, via les travaux du psychiatre Donald Jackson (1920-1968) du MRI (Mental Research Institut), ou les analyses

du psychologue Grégory Bateson (1904-1980) sur les expériences de motivation pour chercher du travail du psychiatre et hypnothérapeute Milton Erickson (1901-1980) (en particulier son utilisation des principes philosophiques de la maïeutique socratique pour « accoucher le patient » (sic)). Dans les années soixante, c'est l'Institut Esalen, berceau de la doctrine sectaire New Age du Mouvement du Potentiel Humain, qui s'approprie également les techniques d'Erickson couplées aux travaux de l'École de Palo Alto pour dispenser les premières séances de thérapie appelées « coaching ». Il faudra attendre les années 90 pour que les premières fédérations de coaching complètement détachées de l'aspect purement sportif et orientées vers la motivation psychologique voient le jour en Europe et aux États-Unis.

En France, un cap important est franchi en 2016 par la création d'une filière officielle au Répertoire National de la Certification Professionnelle (RNCP). Plusieurs syndicats et fédérations, plus ou moins importantes et aux références philosophiques pas toujours très claires, se disputent l'accompagnement des coaches.

Ces origines ne sont pas anodines et montrent que, concernant les dérives possibles, le ver était dans le fruit dès le début : une pratique se revendiquant d'une forme d'enseignement personnalisé, récupérée des procédés de motivation dans le milieu professionnel, et un détournement du parapsychologique pouvant ouvrir la porte aux dérives sectaires.

LA DISTANCE PRATICIEN ET PATIENT

Les pratiques d'encadrement sportif, éducatif ou psychologiques sont propices aux dérives sectaires en général, car elles reposent sur un principe d'asymétrie dans la

relation entre les deux parties : dès le départ, celui qui ne sait pas, n'est pas capable, souffre, ne parvient plus, etc. va vers le sachant, le compétent, celui qui arrive à, a réussi. L'impétrant qui a un problème a déjà admis que celui qu'il consulte a la solution, ou a minima une capacité à l'aider à progresser vers la solution. Mieux encore, il va placer ses espoirs dans cette rencontre et valide d'office la position d'autorité de l'autre, car c'est précisément parce qu'il la lui reconnaît qu'il va le consulter et le rémunérer. Dans les domaines « classiques » de l'accompagnement (enseignants, suivi psychologique...), l'asymétrie dans le rapport entre l'accompagnant et l'accompagné est exigée, même si elle n'est pas toujours strictement définie. Cette mise à distance est là pour protéger les deux parties du phénomène bien connu de transfert et contre-transfert.¹

UNE PROMESSE BIAISÉE DÈS LE DÉBUT

Une différence prépondérante réside dans la démarche elle-même : un enseignant ou psychothérapeute classique vend un savoir et une compétence, basée ou non sur un enseignement scientifique mais à tout le moins définissable dans un cadre aux résultats évaluable. L'objectif de la transmission de ce qu'il sait vise alors à permettre à

1 Mécanisme psychologique par lequel le patient projette inconsciemment sur le thérapeute des sentiments, attentes et conflits liés à des figures importantes de son passé. Il peut prendre des formes variées, telles que l'idéalisation, la méfiance, l'amour ou la colère, et constitue un levier thérapeutique essentiel pour comprendre les schémas relationnels du patient. Le contre-transfert désigne l'ensemble des réactions émotionnelles, conscientes ou inconscientes, du thérapeute face à ces projections.

son client de progresser dans le sens de ses objectifs personnels, sur des critères objectivables. A ce titre, il est là pour accompagner l'autre dans un processus très personnel de réalisation.

Une nuance subtile mais fondamentale est observée dans les séminaires et autres formations vidéo des coachs, en particulier de ceux qui se définissent comme « life style » ou « virilistes » : ils ne vendent plus un savoir pour que leur client s'accomplisse mais un moyen pour que le client devienne comme eux. En clair, le coach est son propre produit. Ce qu'il vend est une méthode pour réussir à son image, généralement sur un modèle de réussite financière et de capacité de à séduire, comme s'il existait une seule forme de succès adaptée à tous. Ayant lui-même réussi, il se trouve légitime à vendre ce « chemin » à tous ; mais il prend grand soin de dissimuler qu'il n'existe aucune formation digne de ce nom et que n'importe qui peut se dire coach.

Dans une telle démarche, le client n'est plus le centre et le sujet de la relation, c'est le coach. On n'est plus là pour aider quelqu'un à trouver des solutions, car la solution est déjà toute trouvée : il ne s'agit plus d'apprendre de lui comment devenir soi, mais d'apprendre de lui comment devenir lui. On retrouve alors complètement la dynamique gourou-adeptes, notamment dans le fait que l'objectif, quasi-systématiquement voué à l'échec puisque reposant sur une donnée d'évaluation de départ faussée, devient par la suite une arme de déstabilisation psychologique : puisque mon coach/gourou existe, c'est que je peux le faire moi aussi (ce qui est un sophisme) et si j'échoue, ça ne peut qu'être de ma faute puisque mon coach, lui, y est arrivé en appliquant la méthode qu'il m'enseigne. Et c'est là où les techniques du récit

et de la légende personnelle, ce que les coachs et les anglosaxons appellent le storytelling, entrent en scène. Car cette réussite matérielle à la seule sueur de leur discipline, cette fortune fruit de leurs investissements si pertinents, cette belle jeune femme à leur droite et la vue sur les toits de Dubaï à leur gauche, ainsi que toutes les péripéties qu'ils prétendent avoir affrontées pour parvenir au sommet, tout cela résiste très mal à l'investigation et au réel, comme pour tout bon escroc et/ou gourou qui se respecte...

LA FRONTIÈRE FINE ENTRE L'ESCROQUERIE ET L'ABUS DE FAIBLESSE

Dans une enquête sur les dérives du coaching pour le journal *Le Monde* du 14 décembre 2024, la journaliste s'interroge d'ailleurs sur ce paradoxe, qui relève peut-être de la publicité mensongère : la plupart des clients ou des victimes de dérives liées au coaching pensaient payer pour une formation sur mesure, adaptée, ultra-personnalisée, précisément à l'opposé de l'image de formations génériques et collectives à laquelle renvoient les termes plus classiques de professeur, enseignant, formateur ou entraîneur. Dans leur communication, on retrouve en effet des aphorismes et des sophismes du type « mon énergie au service de ton énergie », « dans mon team-building, la team, c'est toi et moi ! » ou « deviens ta propre IA » (modèle américain oblige, les anglicismes et la novlangue sont partout). Mais, le sport et l'incantation à la démonstration de positivité, d'attitude énergique et conquérante, étant par ailleurs au cœur historique du coaching, la communication des coachs est majoritaire-

ment axée vers l'extérieur : ils ne se montrent guère dans leurs salons, ils vendent la salle de sport, les grands espaces, les véhicules de luxe, et lorsqu'ils sont dans un appartement ou une maison, c'est pour vanter la vue depuis la terrasse et le prix du mètre-carré. On vend un modèle « à l'américaine » néo-libéral où la performance est reine : le coach promet un mode de vie mais surtout une vie à la mode.

Alors que, toujours pour *Le Monde*, l'article de François Desnoyer « Le coaching, entre rêve d'autonomie et risque de précarité » (6/11/25) révèle que la réalité est souvent bien moins reluisante que ce qui est mis en avant par les coachs : faux diplômes, faux postes en entreprise, « oublis » divers dans la biographie (notamment les condamnations), la success story tient rarement la route, en particulier en ce qui concerne les revenus, un quart d'entre eux générant moins de dix mille euros de chiffre d'affaire par an. Si l'emprise mentale et l'abus de faiblesse ne sont pas toujours simples à caractériser aux yeux de la loi, l'appréciation de l'escroquerie par le législateur est peut-être plus évidente ? En 2022, la Direction Générale de la Concurrence, de la Consommation et de la Répression des Fraudes (DGCCRF) a mené une enquête auprès de 165 professionnels du coaching. Selon ses conclusions rendues publiques le 9 mars 2023², près de 80 % présentaient au moins « une anomalie concernant l'information délivrée aux consommateurs en matière de compétences, de titres professionnels et de mentions valorisantes » et 20 % tombaient sous le coup de la loi concernant les « pratiques commerciales trompeuses, risquant d'induire les consommateurs en erreur, voire de causer une perte de chance médicale ». Quant au rapport coût/qualité de formation, l'étude pointe l'omniprésence des formations en ligne et des livres de développement personnel, souvent avec du matériel préenregistré et générique, bien loin de la

personnalisation promise.

Par ailleurs le rapport s'inquiète de l'incitation agressive à l'achat de formation, mais aussi plus généralement des méthodes de vente, notamment via des techniques considérées comme des formes d'escroquerie, en particulier le modèle de vente pyramidale. On retrouve également d'autres modèles financiers de type « cavalerie » comme le système de Ponzi et autres techniques basées sur la progression géométrique qui rendent théoriquement impossible le recrutement de nouveaux membres au bout d'un certain temps, et où seuls les premiers entrés dans la structure, le haut de la pyramide, peuvent espérer être bénéficiaires via le pourcentage qu'ils perçoivent sur l'apport financier des nouveaux recrutés. A noter que dès 2012 la MIVILUDES s'inquiétait dans son rapport annuel de ces techniques, en particulier chez les coachs du bien-être et des PNCS, « aussi bien auprès des professionnels de la santé qu'auprès des particuliers ».

L'HOMME NOUVEAU, OUTIL DE TRIPLE RUPTURE

Le concept New Age de l'Homme Nouveau, récurrent dans les doctrines sectaires, est omniprésent dans les discours de motivation des coachs, en particulier chez les coachs virilistes.

L'encyclopédie Universalis définit ce concept, développé par Helena Blavatsky, comme une évolution de la conscience humaine marquée par le passage d'une ère de soumission et de conflit (l'ère des Poissons) à une ère de liberté, d'innovation et de pensée collective (ère du Verseau). On s'étonnera de l'antinomie entre l'idée d'un individu pleinement réalisé

et libre et une pensée collective... Cet Homme Nouveau impliquant la destruction de l'homme ancien, il est donc très prisé par les gourous et les idéologues car il permet en soi de justifier une triple rupture : rupture avec « l'Homme du passé » et donc soi-même, rupture avec la famille qui vous ralentit ou ne vous comprend pas, rupture avec la société qui veut vous contrôler ou vous empêcher de réaliser votre plein potentiel.

La méthode d'un accompagnant est d'aider l'accompagné à employer des outils sur sa propre situation. Que l'on reprenne le code éthique de l'Éducation Nationale ou de Jeunesse et Sport, on retrouve le principe d'offrir à l'autre de quoi progresser dans le sens de sa propre individualité. Le coaching utilise cet objectif de l'Homme Nouveau new âge avec une référence au concept d'individuation de Carl Jung, un « processus de prise de conscience de l'individualité profonde » qui permettrait à l'individu de savoir qui il est, de découvrir son propre potentiel, de se réaliser³. Néanmoins, là où un psychothérapeute ou un entraîneur sportif cherche à faire progresser son élève à partir de son niveau, le coach fixe un niveau artificiel à atteindre basé sur une idéalisation d'une norme sociale artificielle. Pour y parvenir, il faut absolument se défaire du passé en travaillant, en détruisant tout ce qui peut rattacher aux « mauvaises » habitudes passées et, par extension, ce qui constituait les bases de la personnalité de cette vie passée. On retrouve ici la technique de base de l'emprise sectaire : couper l'adepte de tout ce qui pourrait lui permettre de résister, que ce soit les proches qui ne comprennent rien ou qui sont jaloux, les médecins qui sont soumis au complot pharmaceutique, le compagnon ou la compagne qui ne veut pas perdre « sa domination sur vous » si vous réalisez votre plein potentiel et vous entrave, vos amis qui ne vous accompagnent pas à la salle

de sport et qui ne comprennent pas que pour gagner de l'argent il faut en investir, etc.

Par ailleurs, si d'aventure l'objectif fixé au départ était atteint, il sera aisé d'en fixer un nouveau afin que le client ou l'adepte continue d'avoir besoin des services du coach. Cette frustration savamment entretenue est la base des mécaniques publicitaires ou des systèmes de vente pyramidaux évoqués plus haut. Si la perspective en termes de stratégie commerciale est évidente, cela facilite également drastiquement les procédés d'emprise mentale.

Et en cas d'échec de la méthode ou de décision de quitter une structure sectaire, la destruction et le rejet mécanique de tout ce qui constituait « l'homme du passé » auront des conséquences catastrophiques chez les anciens adeptes : un ex-élève du groupe des Guerriers de Lumière et de son coach/gourou Elysée Adé définissait en ces mots son état « c'est comme si tu vivais seul dans une grande pièce vide sans mobilier, sans fenêtre. Tu restes là, t'es tout seul sans rien à faire, à te cogner la tête contre les murs, à hurler sans réponse. Tu n'es plus rien. »

LES COACHS « LIFE STYLE » SUR LE PODIUM DES DÉRIVES

Les dérives liées aux coachs dits « life style » (style de vie) présentent les cas les plus nombreux de dérives. Et pour cause : tout est dans le titre. Là où un professeur de yoga ou un tabacologue se concentrent sur des missions précises et dans un cadre de compétence défini et clair dès le début de la relation entre le patient et thérapeute (même s'il peut à partir de cette base glisser sur un autre domaine), le coach de vie a la pré-

3 Dictionnaire Larousse 2025.

tention surréaliste de pouvoir vous aider dans tous les domaines, dans votre manière globale de vivre, ce qui en soit suffit pour inquiéter les observateurs des phénomènes d'emprise, car on retrouve là un grand classique des Maîtres-de-Sectes : la prétention d'avoir une capacité et des compétences dans tous les domaines, voire d'en être des experts. Le discours devient monopolistique et binaire : il y a une bonne manière de faire des choses (celle du coach/gourou) et des mauvaises, à savoir celles de tous les autres. Par ailleurs le concept même de « style » pose question, notamment sur le grand absent de ces discours de motivation centrés pour l'essentiel sur la performance économico-sociale : les modifications que le coach doit initier dans le mode de fonctionnement de son client, les changements que ce dernier doit opérer dans son « mindset » (boîte à outil mentale) pour « performer », passer dans le camp des « winners » et devenir un alpha, un red pill ou autre forme de surhomme social et sociétal, tous ces objectifs concernent des dimensions esthétiques, superficielles pour l'essentiel (pour ne pas dire exclusivement), et dont la valeur et les critères de réussite dépendent uniquement de la perception d'autrui et des normes sociales en vigueur. Ils parlent de mode de vie mais il s'agit en définitive d'une simple vie à la mode. L'éthique, l'estime de soi fondée sur l'Être et non sur l'Avoir, l'autonomie de l'individu, tous ces éléments plus intérieurs sont moqués et rejetés. Or la quête de la performance, de la mode ou de la popularité provoque une instabilité, car ce sont

des éléments essentiellement volatiles. Ils génèrent une forme de fuite en avant permanente car ne reposant pas sur une dynamique interne personnelle mais sur une dynamique externe perceptible par le plus grand nombre. Ce n'est pas vous qui pouvez décider que vous êtes accompli, l'octroi du titre est réservé aux autres. Et encore, pas tous, il faut que ceux qui vous reconnaissent soient eux-mêmes validés par la méthode et c'est donc souvent au coach et à la communauté qui gravite autour de lui de décider si vous avez ou non encore besoin d'eux. En toute objectivité bien sûr...

EN CONCLUSION

Comme toujours, il ne s'agit pas de condamner tous ceux qui pratiquent ou suivent une méthode de coaching mais simplement de s'interroger sur les raisons de l'explosion de signalements et plaintes auprès des associations, des services de l'État et des médias. Comme le signale le rapport 2025 de la Miviludes, « le brouillage des frontières entre accompagnant spirituel, coaching (professionnel, personnel), soins, bien-être et développement personnel, doit susciter la vigilance des adeptes. » Lors d'une rencontre avec des universitaires et des entrepreneurs en technologie, s'adressant à une personne qui lui demandait de la coacher pour avoir du succès elle aussi, le milliardaire Bill Gates répondait : « le succès est un mauvais professeur : il pousse les gens intelligents à croire qu'ils sont infaillibles. »

Coaching Quand l'accompagnement tourne à l'emprise France

En France, plus de 15 000 personnes exercent comme coachs sans diplôme ni formation obligatoire. Ce vide juridique favorise de nombreuses dérives, allant de pratiques commerciales trompeuses à de véritables situations d'emprise psychologique et financière.

Faute d'encadrement légal, chacun peut se présenter comme coach, parfois en entretenant une confusion avec les professions médicales ou thérapeutiques.

En 2023, la DGCCRF a contrôlé 165 professionnels du secteur et relevé des anomalies dans près de 80 % des cas, notamment des qualifications mensongères et des pratiques commerciales contestables. De son côté, la Miviludes constate un doublement des signalements liés au coaching en dix ans, dont un quart concerne le domaine de la santé. Les victimes sont souvent des personnes fragilisées par des difficultés personnelles.

Certaines s'endettent lourdement pour financer des programmes coûteux promettant un mieux-être rapide.

Les mécanismes observés sont récurrents : isolement progressif, rupture avec l'entourage, rejet des institutions et dépendance au coach. Face à ces dérives, des associations comme Unadfi réclament une réglementation plus stricte de la profession et un meilleur contrôle des pratiques.

TF1 Info, 19.04.2026