



## Occupational Performance Coaching « CINQ S POUR AGIR »

1. **Small** : Restez **modeste**. Les grands changements commencent souvent par de petits pas. Souvent, les grands pas ne sont pas réalisables.
2. **Simple** : Restez **simple** : 1 à 3 actions simplement énoncées dans les plans.
3. **State** : Laissez les clients **statuer**, énoncer et confirmer les actions prévues avec leurs propres mots.
4. **Snowball effect** : Un **effet boule de neige** se produit souvent : les petits changements s'accumulent et engendrent de grandes transformations. Soyez patient et faites confiance au client, notamment en lui permettant d'apprendre de ses erreurs.
5. **Stick** : Les vrais changements sont durables. Les actions qui n'étaient pas adaptées au client ou au contexte ne seront pas durables et devront donc être affinées ou abandonnées, sans jugement.

Source : Première publication Graham, F. (2020), Occupational Performance Coaching Resources. Extrait de [www.otago.ac.nz/opc](http://www.otago.ac.nz/opc) (29/01/2020). Ce travail est soumis à une licence internationale Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0. Université d'Otago. Reproduit avec l'autorisation de l'Université d'Otago.



Graham, F., & Ziviani, J. (2025). Procédures de mise en œuvre. (C. Chassan, H. Faure, R. Genet, & C. Hui, Trans.). In F. Graham, A. Kennedy-Behr, & J. Ziviani (Eds.), *Occupational performance coaching: A manual for practitioners and researchers* (pp. 77-78). Association Nationale Française des Ergothérapeutes. (Travail original publié en 2021)