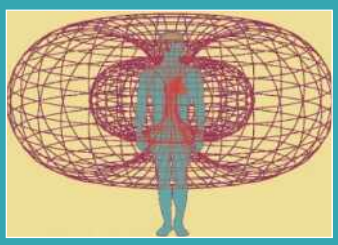
COACHING SUPERVISION ACADEMY INTERNATIONAL

Comprendre ce que nous entendons par " QUI vous êtes, c'est COMMENT vous COACHER, SUPERVISER ou TRAVAILLER "

Par Edna Murdoch et Elaine Patterson

translated in French by Nino Musumeci – GenerativeHub 2021

Préambule



La supervision de coaching permet aux coachs et aux professionnels de réfléchir de manière créative à QUI et COMMENT ils sont à chaque instant et de devenir attentifs à l'impact potentiel du "soi" dans chaque conversation de coaching, de collaboration, de contrat, d'affaires ou de leadership qu'ils tiennent.

En tant que coachs et professionnels de l'humain, nous devons être pleinement présents et engagés, tout en étant ouverts et observateurs - en prêtant attention à ce qui se trouve devant nous (personne à coacher, groupe ou client demandeur), à ce qui se trouve entre nous (l'énergie et la relation entre nous) et à ce qui se passe à l'intérieur de nos propres systèmes pendant que nous travaillons (réflexion en action et attention à notre propre superviseur interne).

Mais parfois, la pression du temps, un système enchevêtré ou un contrat très ciblé, éloignent même le meilleur coach de dirigeants ou le meilleur professionnel des ressources humaines de ces aspects très influents de notre travail. Nous devons écouter la sagesse d'Eckhart Tolle qui dit :

"les mots sont secondaires... bien plus important est l'espace de la présence consciente qui surgit lorsque vous écoutez. Cet espace est un champ de conscience unifiant dans lequel vous rencontrez l'autre personne sans les barrières séparées créées par la pensée conceptuelle".

Introduction

Le mantra de Coaching Supervision Academy est le suivant : **"QUI vous êtes, c'est COMMENT vous coachez"®** ou supervisez ou travaillez.

Cette devise est fondée sur plus de 15 ans de pratique, d'observation et de recherche, qui ont démontré de manière constante que l'utilisation efficace de Soi en tant qu'instrument est le facteur déterminant de la réussite pour le client. O'Brien, PDG de Hanover (cité dans Scharmer 2012), s'est exprimé en ces termes : "Le succès de toute intervention dépend de la condition intérieure de l'intervenant".

Mais que signifie réellement cette phrase de prime abord simple mais très profonde ? Cet article cherche à décortiquer ses multiples couches de signification pour son application concrète à la pratique.

Comprendre le soi en tant qu'instrument et pourquoi "QUI vous êtes" est "COMMENT vous travaillez".

Le "QUI" nous sommes et la "MANIÈRE" de travailler font partie de choix conscients. Ils sont créés par l'interaction dynamique de tout ce qui nous a formé - la personne que nous sommes en tant que coach (c'est-à-dire nos propres récits sur QUI nous sommes et QUI nous devenons) ET la façon dont nous avons choisi de nous montrer, d'être présent et d'être en relation à l'autre à chaque instant (c'est-à-dire notre présence relationnelle dans la FAÇON dont nous travaillons). Comme l'a observé Gardner (2006) :

"Notre état d'être est la seule source réelle de notre capacité à influencer le monde".

L'essence de "QUI nous sommes" peut être comprise comme la propre histoire du praticien. La formation du Soi lors de notre travail est aussi en développement et en mouvement constants. C'est le fondement qui nous a formés et qui continue à nous former à mesure que nous grandissons, nous évoluons et nous nous développons.

C'est le socle sur lequel nous nous tenons et c'est l'intégration unique et la conversation permanente qui a lieu entre les différents éléments de notre système intérieur (notre nature, notre éducation, nos mondes interne et externe, nos valeurs, notre objectif, notre apprentissage, nos connaissances, nos dons, nos talents, nos vulnérabilités, nos scénarios, nos expériences, nos formations, nos histoires et notre potentiel).

Ceci est également vrai pour le client lorsqu'il vient en session. Lorsque nous nous rencontrons, nos conversations professionnelles sont explicites ; notre identité est souvent implicite, mais elle a néanmoins un impact important sur les résultats de nos conversations.

Le travail de supervision consiste en partie à rendre cet impact conscient, permettant ainsi au praticien de travailler intelligemment avec ce facteur clé - car "QUI vous êtes", c'est "COMMENT vous travaillez". L'essence du "COMMENT nous travaillons" est la façon dont nous apportons à la fois tout ce "QUI nous sommes" et "COMMENT nous SOMMES" dans la conversation en cours, à chaque instant. C'est ainsi que notre présence, notre énergie et notre espace sont communiqués et expérimentés par les clients à chaque instant des sessions.

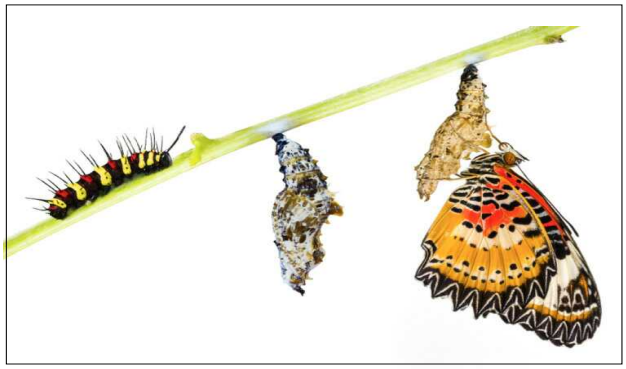
L'objectif principal de la supervision est d'assurer l'utilisation habile de soi comme instrument au service de l'apprentissage de l'autre. Pour le praticien, il s'agit de créer un espace sûr pour la recherche et la curiosité, où la perspicacité et l'apprentissage peuvent se développer. Pour le client, il s'agit d'avoir la liberté d'explorer, de découvrir et de créer de nouvelles pensées et approches pour ses questions.

Les recherches en neurosciences sur la neuroplasticité et sur le cerveau du cœur et du corps montrent comment nous pouvons apprendre, désapprendre et réapprendre les compétences subtiles et nuancées pour travailler de manière habile et éthique dans le champ énergétique dynamique des relations.

Comprendre NOS RÉCITS

"QUI ÊTES-VOUS ?" Le socle sur lequel nous nous tenons.

Chaque personne est unique. Chaque personne naît avec une essence unique, des dons uniques (Parker, 2004), une place et un but uniques dans l'univers et un Code de son âme (Hillman, 1996). Mais notre essence peut devenir distante et silencieuse à mesure que nous grandissons et que nous sommes socialisés dans la famille, dans le système éducatif, dans la communauté et au travail - alors que nous apprenons à coopérer et à contribuer, cela peut aussi signifier une absorption inconsciente de scripts, de mœurs, de comportements, de déclencheurs, d'identités, de masques et de mentalités.



Ceux-ci peuvent - sans un engagement et une vigilance intelligents - diluer ou compromettre notre essence. Notre essence peut être étouffée ou noyée par les voix des autres, de sorte qu'il devient difficile d'entendre notre propre guide intérieur sur ce qui est authentique, vrai et vital pour nous. Sans cela, notre capacité dans les relations professionnelles et commerciales est très réduite. C'est parce que, comme Critchley (2013) l'a observé :

"Le changement se produit dans le creuset de la relation"

Le déballage de notre ESSENCE à partir de nos SCRIPTS est le travail d'une vie, et il est essentiel pour nous et nos clients, car nous cherchons à vivre les schémas et le but profonds de nos vies : le "fil d'or".

Il s'agit d'un travail de formation et non de formulation. Par une réflexion profonde, nous nous engageons dans un processus d'évolution et de transformation qui nous ramène à nous-mêmes et au but profond de notre vie.

Grâce à la formation, nous devenons des praticiens matures, des maîtres-coachs, des leaders puissants. Les moyens d'y parvenir sont heureusement nombreux. Elles comprennent, par exemple, des pratiques réflexives, la rédaction d'un journal, le travail avec un superviseur ou un partenaire de réflexion, ou encore, la thérapie - ainsi que l'accès à l'immense richesse des approches du développement personnel qui sont largement disponibles.

Cette démarche demande du temps, de l'investissement et de la patience - un niveau de réflexion plus profond, un sens subtil et une connaissance intuitive de la prochaine étape de développement et de ce qui est nécessaire pour la soutenir.

Les questions permettant d'explorer **l'ESSENCE** sont les suivantes :

- Qu'est-ce que j'aime et qu'est-ce que j'aime faire ?
- Quels sont mes espoirs, mes rêves et mes aspirations les plus profonds ?
- Quel est mon moi authentique qui apporte de la magie aux relations professionnelles ? - À quoi suis-je le plus naturellement connecté ?
- Où et quand est-ce que je me sens libre et en mouvement ?
- Quand et où est-ce que je me sens vraiment moi-même ?
- Quels sont mes plus grands dons ?
- Comment puis-je accéder à l'"esprit original" qui apporte de la clarté dans les conversations professionnelles ?
- Quelle est ma plus grande contribution ?
- Qui suis-je dans mon meilleur état ?
- Comment "qui je suis" permet-il aux autres d'être "qui ils sont" ? - Quand ou comment est-ce que je me sens le plus vivant ?
- Quand est-ce que j'expérimente la facilité, la paix et la grâce ?

Les questions pour explorer nos **SCRIPTS** sont les suivantes :

- Qu'est-ce qui me rend craintif et effrayé ?
- Quels sont mes déclencheurs dans les dialogues professionnels ?
- Quels comportements, hypothèses ou mentalités ne sont plus vrais ou ne me servent plus maintenant ?
- Qu'est-ce qui m'empêche d'atteindre mon plus haut potentiel ?
- Quelles décisions/changements dois-je prendre pour animer mes conversations professionnelles ?
- Quels masques et fausses identités puis-je endosser ?
- Quand est-ce que je ne me sens pas authentique ou dans le réel dans mes conversations avec les autres ?

- Comment puis-je être vrai ?

Comme l'écrit David Whyte *:*

'"Le travail, parmi toutes ses formes abstraites, est en fait une intimité, le lieu où le soi rencontre le monde.

Comprendre la PRESENCE RELATIONNELLE

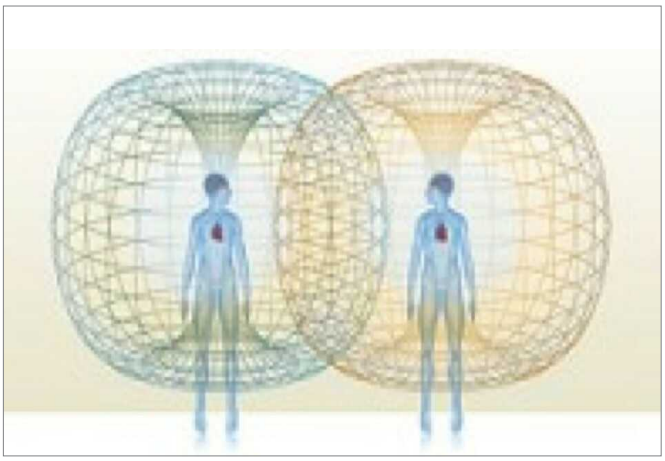
"COMMENT vous coachez, supervisez et travaillez"

Même si nous apportons tous notre propre signature au travail, nous devons également nous en libérer pour être pleinement présents.

La présence relationnelle reflète la qualité de notre être lorsque nous sommes avec une ou plusieurs autres personnes. Elle exige une acceptation sans réserve, de l'intelligence, de l'attention, de la sagesse, du courage, de la compassion et de l'habileté dans l'utilisation de Soi comme instrument au service de l'autre. Comme l'a écrit Jung (1953):

"Apprenez vos théories aussi bien que vous le pouvez, puis mettez-les de côté quand vous entrez en contact avec le vivant miracle de l'âme humaine."

Cela signifie que la présence relationnelle - la manière dont le praticien accueille et anime chaque session - contribuera à déterminer la qualité de l'apprentissage possible pour le client. Cela nécessite la conscience de soi et la capacité à s'ajuster et à se recalibrer dans l'instant ; une capacité qui se développe en affinant une résonance subtile cœur/esprit/corps et une connexion avec le champ systémique plus large dans lequel nous travaillons.



La présence relationnelle est toujours un travail en cours mais elle se compose de cinq grandes pratiques qui se mélangent, se combinent et fusionnent dans l'alchimie de la session. Elles créent la possibilité d'une exploration profonde, de réflexion, de défi et de changement. Ces 5 pratiques fondamentales sont :

Curiosité
Attention
Intelligence somatique
Ressenti
Exploration appréciative

Pratique 1 : la curiosité

Cette pratique est créée à partir des qualités fondamentales que sont la curiosité, l'ouverture d'esprit, l'acceptation et le cœur entier.

Ces qualités créent l'invitation au travail. Elles imprègnent énergétiquement la relation d'apprentissage afin de créer la sécurité et la confiance nécessaires au client pour travailler avec ses talents. Elles encouragent également les clients à s'engager dans leurs limites d'apprentissage, leurs embarras, leurs angoisses et leurs vulnérabilités, afin de voir les possibilités et le potentiel, plutôt que la culpabilité ou la honte.

Ces qualités exigent du praticien qu'il développe ses propres pratiques de réflexion et de pleine conscience afin d'apporter le meilleur de lui-même à son travail. Cela garantit que nos propres récits n'interfèrent pas avec le travail ou ne le compromettent pas. Cela nous aide également à reconnaître nos propres déclencheurs, la surcharge ou la fatigue de la compassion, éléments qui peuvent interférer avec l'ingéniosité et la disponibilité dans le dialogue professionnel et commercial.

Pratique 2 : l'attention consiste à travailler en pleine connaissance de cause et en pleine conscience

L'attention permet au praticien d'avoir une conscience accrue de l'énergie qui se trouve dans le système du client et dans le champ plus large. Elle développe une manière d'être qui peut être cultivée à travers une grande variété de pratiques de pleine conscience et de méditation pour fournir le travail de base qui affine la sensibilité au fonctionnement relationnel dans les conversations professionnelles. Elle est particulièrement utile lorsque le praticien et / ou son client se déconnectent l'un de l'autre, pour quelque raison que ce soit.

Les deux parties peuvent ressentir énergétiquement la perte de présence. Un manque de présence rompt la connexion, ce qui peut alors interférer ou contaminer la pensée, la perception et la prise de décision. Maintenir ou retrouver sa présence lorsqu'on est sous pression est une compétence finement ajustée. Les traditions contemplatives, de méditation, de yoga, de tai-chi, d'arts martiaux et de création sont une source d'inspiration et de soutien ; elles favorisent l'habileté puissante de la pleine conscience.

Pratique 3 : Accéder à l'intelligence somatique et travailler avec elle

La culture occidentale a eu tendance à mettre en avant l'intelligence cognitive au détriment de nos autres intelligences largement dévalorisées ou sous-évaluées. Pourtant, le corps humain est composé d'intelligences nombreuses, variées et complémentaires.

Les intelligences de l'esprit, du cœur, du corps et des sens doivent toutes être mises à contribution dans la vie privée et professionnelle. Elles nous permettent d'observer et d'établir des liens plus vrais et d'adapter notre façon de parler aux autres. En utilisant toutes nos intelligences, les conversations au travail sont susceptibles d'être beaucoup plus perspicaces, claires et efficients.

Pratique 4 : le ressenti permet de travailler avec l'émergence et le non-savoir

La pression exercée par la volonté de réparer, de savoir et d'être l'expert peut l'emporter sur la valeur d'être présent à l'autre pendant qu'il explore sa question.

Pour résister à la tentation d'intervenir, de réparer, d'élaborer des stratégies et de sauver, il nous faut développer une compétence presque contre-intuitive, celle d'être à l'aise avec le fait de ne pas savoir.Il s'agit, selon la théorie U de Scharmer, d'un véritable lâcher-prise sur les croyances, les hypothèses et les mentalités afin d'atteindre un lieu de profonde réflexion. Ici, il est possible de faire émerger différentes perspectives, potentiels et possibilités. Cela permet d'investir dans les technologies d'apprentissage réflexives et de leur faire confiance afin de faciliter le changement transformationnel. En l'absence de patience, nous risquons d'aboutir à un bricolage transactionnel.

Pratique 5 : le questionnement appréciatif et le dialogue génératif

Explorer à partir d'une position d'appréciation, de générosité et de curiosité crée un environnement d'apprentissage qui, à son tour, engage pleinement l'amour de l'apprentissage, de l'exploration, de l'aventure et de la découverte.

L'appréciation crée un environnement libéré du censeur, du cynique et du juge, de sorte que les professionnels peuvent plus facilement obtenir la clarté et la sagesse et les ramener dans leur monde du travail. Le dialogue génératif est une forme spécialisée de dialogue, qui permet le jeu et la co-création sur le moment ; les pratiques 1 à 4 créent des conditions parfaites pour le dialogue génératif. C'est le praticien en tant que hôte qui maintient l'ouverture. Ce faisant il facilite l'espace pour la curiosité, là où se trouve le potentiel d'alchimie, de plaisir et de surprise. Il existe une abondante littérature sur la démarche appréciative et le dialogue génératif dont on peut s'inspirer.

RÉSUMÉ

Coaching Supervision Academy considère que "QUI" vous êtes et "COMMENT" vous coachez/supervisez/travaillez sont les fondements d'une excellente pratique professionnelle.

Cette déclaration relie les disciplines de la transformation intérieure avec notre impact et notre contribution réels dans le monde. Nous avons constaté que ce lien est souvent manqué lorsque l'accent est mis soit sur le travail intérieur de développement personnel, soit sur le changement dans le monde extérieur, mais que les deux ne sont pas reliés à la racine.

Lorsque ces deux éléments sont reliés dans la pratique, les professionnels peuvent réaliser de manière fiable une transformation authentique et durable et peuvent :

"être le changement que nous voulons voir dans le monde".

Références

Critchley, W. (2013) Organisational Consulting - a Relational Perspective: Theories and Stories from the Field 2nd Edition. Faringdon Oxon, Libri Publishing

Gardner, H. (2006) Frames of Mind. MA, Perseus Books.

Hillman, J. (1996) The Soul's Code In Search of Character and Calling.New York, Grand Central Publishing.

Jung, Carl G. Psychological Reflections. (1953) Pantheon Books, NY. Sands, Frederick. Good Housekeeping. "Why I Believe in God" (Interview with Carl Jung, 1961)

Palmer, P.J. (2004) A Hidden Wholeness: The Journey Toward An Undivided Life; Welcoming the Soul and Weaving Community in a Wounded World. San Francisco, John Wiley and Sons.

Tolle, E. (2005) The Power of NOW: A Guide to Spiritual Enlightenment. London, Hodder and Stoughton Ltd.

Scharmer, O. (2013) Dialogue on Leadership. Available from http://www.presencing.com/dol/about.shtml. [Accessed 24th September 2014]

Whyte, D. (2015) Consolations The Solace, Nourishment and Underlying Meaning of Everyday Words. Washington, Many Rivers Pree

---

Edna Murdoch est cofondatrice et directrice générale de Coaching Supervision Academy, écrivain publié et auteur dans la presse professionnelle.

Edna est à l'avant-garde de la profession de la supervision depuis 1991. Elle a été la première à intégrer les modèles classiques de supervision aux dernières découvertes de la recherche en neurosciences, en physique quantique et dans les traditions contemplatives.

Elaine Patterson, Master Executive Coach, superviseur de coach accrédité et écrivain, est également directrice de Coaching Supervision Academy. Elle est également directrice du développement créatif Coaching Supervision Academy. Sa vision est d'apporter les pouvoirs énergisants, humanisants et créatifs de la réflexion et de la pratique réflexive aux professionnels du monde entier pour une pratique éthique, courageuse, basée sur la compassion et la sagesse.

csa
COACHING
SUPERVISION
ACADEMY
INTERNATIONAL