

Atelier

« Coacher et manager avec les émotions »

Notre regard sur les émotions dans les relations professionnelles

Régulièrement le travail du coach consiste à accompagner un client dans une situation de confusion, de blocage. La décision qu'il a à prendre, la tâche qu'il doit mener, la situation qu'il traverse, le comportement qu'il doit adapter ou adopter, génèrent une incapacité à mobiliser ses propres ressources.

Dans quelques cas, il s'agit d'une impossibilité à penser la situation, à imaginer l'avenir ou à concevoir le futur, par manque d'une information ou d'une compétence spécifique. D'autre fois, il s'agit de la répétition d'un mode de fonctionnement stéréotypé, appris des expériences précédentes qui conduit à l'échec et dont le client n'a pas conscience. Mais bien plus souvent le blocage est d'origine émotionnel.

Pour le coach, apprendre à travailler avec les émotions sur le plan : cognitif, émotionnel, symbolique est essentiel au développement de sa compétence.

Pour le manager, le dirigeant, le leader, il s'agit de comprendre ces mécanismes pour aborder cette dimension avec son entourage professionnel et en tenir compte dans son management et dans le développement de sa stratégie.

Le positionnement de cet atelier dans la formation des coachs et des acteurs du changement au sein d'Holonomie

La notion d'acteurs du changement ouvre cet atelier aux managers, aux dirigeants, aux consultants, « aux humains » en quête de réflexion sur leurs postures et leurs capacités à trouver leur chemin et à aider leurs proches dans ce sens.

Sens, enjeux et finalités de cet atelier

Découvrir – redécouvrir l'influence des émotions sur nos positionnements et blocages

Repérer nos propres modes de gestion émotionnels.

Repérer l'impact des émotions des autres sur nos modes de fonctionnement.

Identifier les réponses les plus adaptées aux besoins des clients en confusion émotionnelle.

Identifier et pratiquer des méthodes d'accompagnement cognitives, émotionnelles, symboliques des émotions bloquées chez nos clients.

Parti pris pédagogique d'Holonomie pour cet atelier

Modalités pédagogiques :

Alternance de présentation didactiques et de travaux de groupe.

Mises en situation.

Plus de 50 % du temps est consacré à des exercices d'intégration sur cas réels des participants. Remise d'un support pédagogique et d'une documentation permettant la poursuite de la réflexion. La pédagogie est active et comporte : la découverte des concepts, la mise en application autour d'exercices, des discussions et échanges, l'analyse des situations apportées par les participants, des coachings en live.

Des thèmes de travail, des Contenus

Programme :

Emotions, sentiments, sensations et affects

Les 4 émotions de base : peur, tristesse, colère, joie

Ressentis, sentiments et affects

Emotions authentiques et émotions racket : origine et manifestations

Les interdits émotionnels

Etablir sa propre carte émotionnelle

Emotions, stress, burn-out

Retentissement émotionnel des situations

Perception, émotion, identification du besoin, réponse immédiate au besoin

Apprentissage émotionnel

Conduites biologiques et conduites socialisées

Le blocage émotionnel et la sidération

Les besoins liés aux émotions et sentiments

La juste attitude face aux émotions et les étapes de l'accompagnement

Accueillir, accepter et accompagner

Recevoir et accompagner l'émotion de l'autre

Les difficultés face à l'émotion

Les sentiments adéquats à l'accompagnement

Le circuit du sentiment parasite

Perception et pensées négatives,

Influence des émotions bloquées sur l'action

Renforcement des croyances

Lorsque l'émotion est bloquée, notion de timbres psychologiques

Agir sur un plan cognitif

Méthode d'analyse des émotions dans une situation professionnelle

Mettre en conscience et sortir de la confusion

Nomination, normalisation, socialisation, validation

Permettre l'expression bloquée

Déroulement méthodologique, expérimentation

Précautions pour l'emploi

Agir sur un plan émotionnel
Position du coach et limites d'intervention
Protection, permission et puissance
Le lien avec le scénario de vie et les « élastiques »

Agir sur un plan symbolique
Ecritures émotionnelles
Place du corps dans la gestion émotionnelle.

Développer une pratique émotionnelle – relationnelle comme coach
Compétences spécifiques du coach
Apprendre à restituer des émotions anciennes
Faire part de ses ressentis
Utiliser ses propres émotions pour faire avancer le travail du client.
Conduites émotionnelles sages
Culture d'entreprise et de groupe et libération des émotions

Enseignant

Daniel CHERNET Coach - Analyste transactionnel certifié (CTA-O)
Formateur et superviseur
en Analyse Transactionnelle de l'EATA, dans le champ organisation (TSTA – O).

Modalités

Durée	3 jours
Horaires	9h – 17h30
Dates	Consulter notre calendrier sur www.holonomie.com
Lieu	27 rue du Calvaire 44000 NANTES
Tarif	INDIVIDUEL : 530 € (exonéré de TVA) ENTREPRISE : 960 € (exonéré de TVA)
Inscription	Holonomie : Anne GRANET : anne.granet@holonomie.com Tél : 02 40 49 00 25 Daniel Chernet Conseil : dc-conseil@wanadoo.fr Tél : 06 07 12 43 38