



Le coaching social à la portée de tous

Le coaching social est un engagement au profit de la personne. Il est utilisé dans différents domaines. C'est la combinaison d'une intervention-conseil, d'une relation d'aide et d'un entraînement personnalisé. C'est un tout: un appui technique et une posture relationnelle que propose le coach auprès de personnes qui en manifestent le besoin. Le coaching social est une forme d'intervention pratiquée auprès de personnes en situation de handicap ou de difficulté, altérant divers domaines de leur participation sociale: qu'il s'agisse de leur vie professionnelle, de leur vie affective ou relationnelle.

Pour vous donner un tout autre ordre de grandeur, dans la famille des cellules il y a des enzymes. cette protéine joue un rôle de catalyseur biologique, c'est-à-dire de composé qui facilite une réaction biochimique sans en modifier les produits. Elle est capable d'abaisser l'énergie d'activation d'une réaction et ainsi d'accélérer jusqu'à des millions de fois les réactions chimiques du métabolisme, sans pour autant modifier l'équilibre formé. Les enzymes agissent à faible concentration et elles se retrouvent intactes en fin de réaction.

Nos sociétés modernes et surtout notre tissu social est constitué de sorte qu'ils ont besoin d'enzyme et certains d'entre nous peuvent jouer ce rôle avec une grande facilité. Et, d'après vous, pour quelle raison avons-nous tant besoin de cette faculté enzymatique humaine si ce n'est pour équilibrer nos réactions biochimique, et bien parce que nous vivons une période de très grande transformation social et que nous devons accélérer les réactions de notre métabolisme dit social. Faire du coaching social c'est devenir une enzyme pour son environnement immédiat et littéralement jouer avec le rythme du développement de ceux et celles que l'on veut accompagner.

Comment faire du coaching social avec le jeu 55 icônes ?

Faire du coaching social c'est savoir vibrer seul et avec les autres. Après, il y a différents styles à adopter, à travers l'exercice, dépendamment du lieu et des objectifs des participants. Coacher par l'humour, par la consolation, par l'émerveillement, par le renforcement positif, par la confrontation stratégique, par l'empathie, par une méthode logique, par une sorte de magie de la personnalité, par un étonnement enfantin, par la peur et j'en passe. Ma méthode est d'utiliser des images abstraites qui sont en fait des images projectives. Comme nous avons tous un langage imagé dans notre trousse relationnelle nous sommes déjà habitué à jongler avec un monde symbolique lequel peut être utilisé pour révéler, justement, le rythme de notre métabolisme et conséquemment ce qui permet de modifier nos réactions biochimique et nos comportements psychologiques. Ne dit-on pas que l'action de rire ou de pleurer change considérablement les réactions chimiques de notre corps ? La puissance des images est telle que nous n'avons pas encore bien saisi que choisir consciemment certaines couleurs et particulièrement certaines formes influencent nos états émotifs.

Le jeu **55 icônes**, grâce à l'utilisation de 55 archétypes, permet d'accompagner vos collègues et vos proches dans de petites et grandes transformations. Ce genre de coaching par l'image, à caractère ludique, utilise l'imaginaire comme courroie de transmission pour mieux partager ses réflexions et ses préoccupations personnelles quant a ses étapes de développements. L'idée principale est de parler de soi en groupe sans que la peur d'être jugé soit au rendez-vous et sans que vous soyez toujours sur la défensive en utilisant des images primitives (des archétypes) utilisées par différentes cultures ayant automatiquement une multitude d'interprétation. Révéler une partie de sa vie en passant par son monde imaginaire permet de donner une facture poétique à l'exercice en valorisant au passage la façon dont vous avez structuré votre vécu. Donc, il n'y a pas de bonne ou de mauvaise réponse.

Les règles de jeu sont simples, il faut raconter une petite histoire à partir de ce que l'on voit dans une image abstraite. Celle-ci sert d'espace virtuel de rencontre pour réfléchir et même échanger sur une dimension de votre personnalité. L'animateur devient une sorte de coach se permettant de canaliser les conversations vers une dynamique de groupe positive et constructive. Et, inévitablement une sorte de pensée collective se met en place où chacun fait sienne les histoires personnelles des autres pour que tour à tour chaque participant devient à la fois un coach pour les autres et un coacher.

Michel Delage