



INSTAURER UN CLIMAT DE CONFIANCE ET LIBÉRER L'EXPRESSION DU "VRAI SOI" GRÂCE À LA CRÉATIVITÉ



Edward de Bono disait :

« La créativité consiste à sortir des schémas ordinaires afin de voir les choses différemment »

QU'EST-CE QUE LE "COACHING" ?



Rédigé avec enthousiasme
par l'équipe de Weji Lab

Afin de définir plus précisément ce terme, nous vous invitons à expérimenter avec nous ce petit jeu.

Prêt(e) à relever le défi ?

LE DÉFI



La consigne est de relier les **9 points** avec seulement **4 lignes droites**, sans lever son crayon.

Vous avez trouvé la solution?

Le constat est souvent, qu'après plusieurs tentatives inefficaces (si on persévère), on se rend compte que l'on est obligé pour trouver la solution, de sortir du carré des 9 points, c'est-à-dire de sortir du cadre.

Retrouvez la solution en image à la fin de cet article.

Afin de vous faire découvrir davantage l'univers du coaching, nous avons réalisé un entretien à Christelle Baruzier, coach jeunesse qui nous partage son expérience en tant que coach, ses perceptions, quelques concepts, etc. Elle a suivi notre formation Design Thinking et a acheté le set de cartes de Design Thinking et Icebreakers de Weji Lab, "le Weji Card"

NOS CLIENTS TÉMOIGNENT...



Bonjour Christelle, pourrais tu nous parler de toi pour que la communauté du Lab de Weji Lab puisse savoir qui tu es ?

Mon parcours professionnel atypique rempli d'expériences diverses dont l'animation et la formation auprès des jeunes, m'a permis d'éclairer ma vocation d'accompagner les adolescents et jeunes adultes à mieux se connaître, prendre confiance en eux pour trouver leur voie personnelle et professionnelle. Aujourd'hui certifiée du *Diplôme Universitaire de Compétences en Relations Humaines*, je trouve du sens dans mon activité riche de l'accompagnement en individuel ou en collectif autour de stages d'orientation, réorientation ou encore « mon identité » alliant le coaching et l'équicoaching. Le jeu, la créativité, l'expression artistique sont au centre de mes accompagnements.

En coaching, les adolescents, jeunes adultes que j'accompagne viennent avec une situation qui leur pose problème : Un choix d'orientation à faire, une difficulté relationnelle, une difficulté à s'accepter dans sa singularité, à gérer ses émotions... Certains de leurs problèmes peuvent rester longtemps sans solution tant que le jeune reste enfermé dans son cadre de référence, c'est-à-dire cette vision qu'il a du monde, de lui-même et des autres, soit ses croyances, sa grille de lecture avec laquelle il décode les situations qu'il vit et leur donne un sens.

LE LIEN ENTRE LE COACHING ET LA CRÉATIVITÉ



Quelle est la définition du Coaching et quel est le lien entre coaching et créativité ?

L'objectif en coaching est d'**amener le jeune à sortir de sa vision habituelle des choses** (qui s'avère être parfois un véritable carcan comme ce carré), à sortir des schémas ordinaires, ce qui lui permettra de voir les choses différemment et ainsi trouver ses réponses pour avancer vers son avenir avec sérénité et confiance.

Et bien, tout simplement comme l'exprime si bien Edward de Bono, **c'est notre créativité qui nous fait sortir de notre cadre de référence et nous font emprunter ces chemins nouveaux pour trouver la solution à bien relever des défis du quotidien.**

Afin de libérer pleinement cette créativité présente en chacun des jeunes mais parfois bien cachée par manque de confiance en soi, il est important pour le coach de créer un climat sécurisé, de confiance qui va permettre au jeune d'oser être lui-même pour libérer pleinement tout son potentiel.

LA CRÉATIVITÉ POUR L'ATTEINTE DE SES OBJECTIFS



Comment mettre en place ce climat de confiance et ainsi libérer la créativité nécessaire au changement, à l'atteinte de ses objectifs ?

Un peu comme le peintre a besoin, en plus de son talent, d'une palette de couleurs variées pour réaliser un tableau plein de vie et de couleurs, un coach a besoin, en plus de son savoir-être (empathie, écoute, non jugement) d'outils variés qui lui permettront de s'adapter à chaque personne dans son besoin particulier.

Au début de ma pratique, convaincue de la pertinence d'utiliser avec les jeunes ces outils créatifs, je prenais beaucoup de temps à chercher dans de nombreux ouvrages psychologiques et sur internet ces exercices pour me constituer mon outil de travail.



Pourquoi as-tu suivi la formation de design thinking ?



De nature curieuse et avec l'envie d'apprendre sans cesse, j'ai eu l'opportunité de faire la formation Design Thinking avec Weji Lab. Cette formation me semblait à priori hors de mon cadre de références de coach mais le mot « créativité » m'a donné l'envie d'explorer et de voir ce que je pourrais apporter de complémentarité à ma posture de coach, mes savoirs et savoir-faire.

Durant cette formation, j'ai pu expérimenter de manière concrète des outils innovants tels que les Icebreakers pour faire connaissance, mettre en confiance et souder le groupe, ainsi que des outils ludiques et d'expression artistique à chaque étape du processus du Design Thinking pour libérer la créativité et faire émerger des solutions.



As-tu des conseils pour les coachs ?

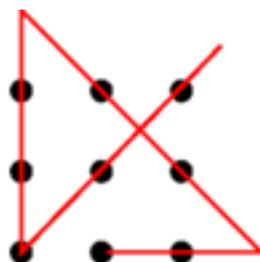
Je dirais que les outils du design Thinking correspondent tout à fait à ma cible d'adolescents et de jeunes qui ont particulièrement besoin de vivre des expériences ludiques, créatives, non scolaires qui leur permettent de révéler leurs talents artistiques, d'être motivés mais également de descendre pour se connecter à leur identité profonde.

Ces outils qui d'apparence sont ludiques et artistiques accrochent très vite avec les jeunes mais sont aussi très puissants et thérapeutiques dans ce qu'ils permettent de révéler sur soi pour avancer. Ils permettent d'aller encore plus loin, aident à éclairer les besoins conscients et inconscients des coachés au travers de la métaphore, mettant en évidence leurs freins, leurs peurs, les aidant à se comprendre, mieux se connaître pour avancer avec sérénité vers leurs objectifs.

Ces outils qui placent la personne au centre sont très complémentaires de l'approche en Programmation Neurolinguistique que j'utilise déjà qui font aussi appel à la créativité et la symbolique. Ils me permettent d'innover en confiance (j'en avais testé déjà plusieurs en formation design thinking et pris conscience de leur efficacité) et avec facilité (tous les outils sont prêts à l'emploi), de me renouveler sans cesse pour m'adapter encore plus précisément à chaque personne que j'accompagne selon sa sensibilité et ses préférences.

« Je recommande la formation design thinking car, grâce à cette nouvelle palette d'outils, vous pouvez monter en compétences et ainsi prendre davantage confiance en vous même. Merci à toi Diana pour cette belle découverte. »

SOLUTION AU JEU DES 9 POINTS



diana@wejilab.com



www.wejilab.com



@wejilab

