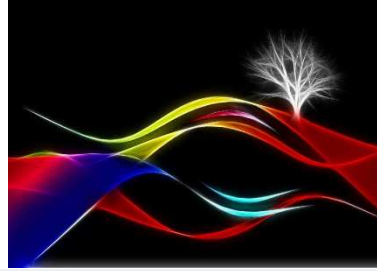




Osez l'Odyssee!

... et réalisez vos projets ...



Stratégie de la Bienveillance : quel intérêt pour moi et mon business ?

Bienveillance, Réciprocité, Clarté, Liberté d'Innover.

Voilà 4 forces qui mènent à une coopération consciente et confiante entre 2 individus.

Elles nous permettent d'améliorer notre style de communication, de développer des relations fluides avec les autres, de réduire les tensions, ou de résoudre les conflits.

Chloé veut se donner des chances de réussir. Au cours d'une séance de Coaching, elle prend conscience que ses licenciements passés lui ont laissé un goût amer de « perdante », laissant ses ex-employeurs, eux, « gagnants ». Du moins le croit-elle ! Le concept de « bienveillance » l'amène à comprendre qu'ils ont tous été perdants. Dans les faits, elle a fourni d'énormes efforts pour des résultats certes récompensés, mais n'a pu se faire respecter ni veiller sur ses propres besoins et valeurs, par peur, éducation ou contrainte...

La stratégie de la bienveillance privilégie l'art de la paix.

Bienveillance = disposition d'esprit inclinant à la compréhension, à l'indulgence envers autrui, Larousse. Elle est le fruit de ma bonne volonté, et j'ai les pouvoirs exclusifs là-dessus !

Bienveillance = **bien + veille** => **éveil** (vigilance, se réveiller, prendre conscience de) => **se mettre en action** qui est le reflet de la veille => **apaiser notre cerveau reptilien** qui déclenche fuite, lutte, agression ou inhibition...

Il s'agit de **transformer des adversaires en partenaires** ou collaborateurs et de « **gagner sans verser de sang** » (Sun Tsu, Art de la guerre).

Chacun de nous connaît ce concept depuis son tout jeune âge : « *t'es sympa avec moi, alors je serai sympa avec toi... mais si tu me tapes, alors je te tape !* ». On appelle aussi cette stratégie « **donnant-donnant** » ou « **gagnant-gagnant** ».

Coopérer : une histoire de bon sens ?

Coopérer, c'est travailler, contribuer, prendre part conjointement à la réalisation d'une œuvre ou action commune. **C'est agir ensemble et mettre nos forces en commun pour produire quelque chose de plus grand.**

C'est aller à la rencontre de l'autre avec, chacun, nos qualités (*conscientes ou ignorées*), nos besoins et valeurs (*satisfaits ou en souffrance*), nos rêves (*permis ou interdits*), nos enjeux et objectifs clarifiés ou non. **C'est réussir ensemble.**

Quel intérêt revêt cette stratégie pour vous, Dirigeant d'entreprise, Manager d'une équipe, Collaborateur salarié ? Client ? Producteur ? Fournisseur ? Consommateur ?



4 forces stratégiques génèrent la Coopération :

1. Bienveillance :

Envers moi-même d'abord, puis envers l'autre, en conscience et confiance.

Elle relève de ma décision de **veiller sur moi**, sur ce qui me fait du bien (*mes besoins de sécurité, reconnaissance, appartenance et réalisation de soi, mes valeurs, mes attentes, mes qualités, mes émotions, mes rêves, mes objectifs...*). De **veiller aussi sur mon entrée en relation avec l'autre** et mon comportement vis-à-vis de l'autre. Et également de **veiller à l'autre et à l'environnement**. C'est choisir de changer de regard et perspective, de s'affirmer avec assertivité, et de parler avec mon cœur.

A l'opposé, on trouve le « **manque de bienveillance** » et la « **malveillance** », c'est-à-dire manque de soin, absence de considération, non-respect, non-reconnaissance de soi et de l'autre... C'est le « JE » susceptible de « manger » l'autre « TU » par l'agression, paralysie ou pillage, simplement pour survivre... à l'origine de la rébellion de l'autre, et du conflit. Ainsi, JE a l'illusion de gagner en mangeant l'autre, mais il se trompe. Et tout le monde est « perdant » dans l'histoire.

2. Réciprocité :

Elle est une loi de la nature qui **renvoie à l'autre l'énergie reçue initialement de cet autre ou d'un tiers**. Mais elle n'est pas une garantie que celui à qui j'ai fait du bien ou du mal me fera du bien ou du mal en retour. Ni garantie, quand je me suis sacrifié au bénéfice d'un autre, que l'autre en retour se sacrifiera pour moi. L'idée ici est que chacun de nous va chercher des solutions satisfaisantes pour l'autre.

3. Clarté :

Amène à me **distinguer moi de l'autre, ce qui est de ce qui n'est pas, le présent du passé et de l'avenir**.

Synonyme de simplicité, reformulation, **clarification**, précision, elle permet à chacun d'envisager et comprendre le cadre de référence et le mode de fonctionnement de l'autre, avec pour finalité la **définition de nos intérêts mutuels** et objectifs communs. On évite ainsi la confusion, les malentendus, les mensonges, la langue de bois.

4. Liberté d'Innover :

Lorsque la réalité n'offre en apparence pas de solution, lorsque l'on croit l'équation impossible, cette force est un **désir d'explorer, faire émerger, créer quelque chose qui n'existe pas encore**, et qui pourtant va satisfaire nos intérêts et objectifs communs : à savoir élaborer la paix et coopérer. Cette force autoriser l'erreur ou la chute, pour tirer un apprentissage positif, mieux se relever et se donner une autre chance de réussir. Ensemble.

Limites de la stratégie ? Impossible de forcer l'autre à parler vrai ni à coopérer s'il n'en a pas envie !

*Quand avez-vous été bienveillant envers vous-même pour la dernière fois ? et envers l'autre ?
Qu'est-ce qui vous amène à vous cacher de l'autre ?
Avec qui et où avez-vous besoin de développer la stratégie de la bienveillance aujourd'hui ?
Comment pourriez-vous développer votre bienveillance envers « JE » ? et envers « TU » ?*

8 bonnes pratiques pour avancer sereinement !

1. Osez aller à la rencontre de l'autre, sans jugement ;
2. Osez parler vrai en conscience ;
3. Osez faire confiance à l'autre ;
4. Osez vous projeter dans un avenir commun ;
5. Osez résister à la solution « domination-soumission » où « JE mange TU » ;
6. Osez adopter une posture d'égal à égal ;
7. Osez élaborer des solutions innovantes.
8. Osez savourer l'instant présent.

**Bienveillance envers moi, l'autre, l'environnement
= l'équation gagnante pour avancer sereinement dans la vie ?**