



#### **KOLIBRI COACHING SAS**

14 rue Edmond Roger 75015 PARIS - France

Contact : Karine Aubry - +33 6 20 28 83 54

[karine@kolibricoaching.com](mailto:karine@kolibricoaching.com)

[www.kolibricoaching.fr](http://www.kolibricoaching.fr)

Organisme de formation déclaré

auprès de la DIRECCTE : n°11 75 52157 75

## **Programme de formation**

### **Management interactionnel Basé sur la méthode du livre *Essaye encore !* Approche systémique de Palo Alto appliquée au management**

---

#### Compétences visées

- **Renforcer ses compétences relationnelles (soft skills) de manager avec l'approche de Palo Alto appliquée aux interactions en entreprise**
- **Mieux décoder les interactions au travail (équipe, collègues, hiérarchie, clients...) pour améliorer son positionnement et sa communication, résoudre les tensions / conflits etc.**

#### Objectifs pédagogiques

- Comprendre la circularité dans les échanges humains
- Intégrer les différences de perception et de représentations de la réalité selon les personnes
- Prendre en compte l'aspect systémique dans le changement
- Savoir décoder les interactions et repérer sa contribution à une boucle d'interaction
- Utiliser son influence pour amener du changement
- Apprendre à développer une posture responsabilisante avec ses interlocuteurs

#### Bénéfices :

- Gagner en efficacité durable
- Mieux investir son énergie, réduire son stress
- Fluidifier le fonctionnement collectif

#### Moyens pédagogiques

- Apports sur les 7 étapes décrites dans le livre *Essaye encore*
- Nombreuses illustrations à partir de cas réels rencontrés en entreprise
- Exercices sur des cas concrets, mises en situation

- Travail en binôme avec des supports (trame de questionnement)
- Co-construction en grand groupe
- Large place laissée aux questions des participants
- Eclairages et travail sur les situations concrètes des participants
- Travail personnel en inter-session

Public concerné : Managers de proximité, managers de managers, cadres dirigeants, dirigeants, chefs d'entreprise

Prérequis : Aucun

Groupe : 12 personnes maximum

Durée : 2 journées de 7 heures, soit 14 heures

Tarif : - Indépendants : 550 €HT (660 €TTC)

- Entreprises : 1200€ HT

Animation : Karine Aubry, coach-formatrice pour managers et dirigeants, CV en annexe  
Co-auteur du livre *Essaye encore ! Déjouer les pièges relationnels au travail* – Enrick B. Editions, 2017



## PROGRAMME DES 2 JOURS :

### 1ÈRE JOURNÉE

#### **Introduction**

Ce que l'approche de Palo Alto peut apporter aux managers

#### **Découvrir les 3 piliers de l'approche de Palo Alto**

Du linéaire au circulaire : des boucles dans les relations humaines

Le constructivisme : comment notre vision du monde influence nos perceptions et nos réactions

Pragmatisme : sortir de la normativité pour se concentrer sur ce qui fonctionne

#### **Intégrer les 3 clés préalables au changement**

Des questions clés pour aborder le changement avec réalisme et mieux le préparer

Identifier les alliés et freins du changement

Cartographier les risques

Développer une démarche réaliste face aux enjeux du changement

#### **Comprendre les tentatives de régulation**

Découvrir la notion de « tentative de régulation »

Apprendre à repérer quand les efforts de changement sont contre-productifs

#### **Prendre en compte la vision du monde et les émotions**

Comprendre les moteurs du comportement et ce qui les fait évoluer

Intégrer la vision du monde chez soi et chez l'autre

Mieux gérer les émotions chez soi et l'autre

### **Représenter les boucles interactionnelles**

Repérer la circularité dans les interactions problématiques  
Apprendre à représenter une situation sous forme de boucles  
Identifier les cercles vicieux à l'œuvre, qui maintiennent le problème

### **Comprendre la logique d'ensemble**

Savoir prendre du recul pour identifier la logique de fonctionnement du problème  
Représenter le problème sous forme de schéma systémique (mapping)  
Reformuler la problématique de manière circulaire

### **Identifier le mouvement à 180°**

Apprendre à trouver le mouvement à 180° qui permet de sortir du cercle vicieux  
Traduire le 180° dans des actions concrètes adaptées au contexte

### **Consolider le changement**

Ancrer la nouvelle posture dans le temps pour pérenniser le changement

## **2EME JOURNÉE**

### **Pratiquer le mapping systémique**

S'entraîner à représenter la situation en boucles

### **Utiliser les émotions**

Comprendre à quoi servent les émotions, moteurs de changement  
Apprendre à réguler un état émotionnel chez soi ou son interlocuteur

### **Les règles et valeurs**

Identifier ses propres règles et valeurs, les mettre en perspective avec celles de ses interlocuteurs

### **Les types de relations**

Relations symétriques ou complémentaires  
Détecter une escalade symétrique/complémentaire et savoir la gérer

### **Application de l'approche aux situations des participants**

Dérouler les étapes pour voir la situation autrement et identifier de nouveaux leviers

### **Synthèse / wrap-up**

**Un article pour donner un aperçu de l'approche utilisée dans ces ateliers :**

<http://www.kolibricoaching.com/une/la-systemique-en-entreprise/>

---

**Quelques témoignages des participants de notre formation "Essaye encore" pour managers :**

"La formation me donne **de véritables clés pour conduire mes interactions de demain**. La méthode est concrète et réaliste."

Paola, directrice de business unit



**"Un autre regard sur les réactions des autres. J'ai beaucoup aimé l'illustration de la théorie par des cas concrets."**

Florence Roquigny - RRH temps partagé

**"Un temps pour de la prise de recul. Permet d'analyser et trouver les clés plus facilement dans les situations du quotidien. On se laisse le temps d'adopter un autre/nouveau point de vue."**

Un responsable d'exploitation

**"J'ai apprécié la combinaison d'apports et de cas pratiques impliquant les cas des autres participants, avec le regard multiple sur la situation que je présentais. Cette formation m'a montré que des choses sont possibles dans des situations où j'avais une sensation d'impasse. De vrais outils pour évaluer les options de changement !"**

Pierre, directeur commercial / éditeur logiciel

**"Prendre du recul sur des situations. Une belle écoute des formatrices sur nos situations."**

Une participante

**"Ces deux journées permettent d'envisager un mode relationnel plus souple et plus écologique pour soi dans les différentes interactions de sa vie, personnelles et professionnelles."**

Anne-Sophie

**"Disponibilité des formatrices et du groupe bienveillant. Equilibre théorie / pratique, nombreux exercices. Temps d'échange, enrichissement mutuel."**

Une participante

**"Présentation des apprentissages bien rythmés. On dispose d'une méthode pour poser sa réflexion."**

Stéphanie Dubrion, gérante co-fondateur TPE 10 salariés

**"Synthèse et concret. Prise de recul. Meilleure connaissance de mon fonctionnement et de celui des autres."**

Matthieu Saint-Guilhem, directeur d'établissement culturel et spirituel

**"Ce que j'ai le plus apprécié :**

- la richesse des exemples
- la pertinence du modèle de Palo Alto, facile à appréhender
- le nombre restreint de participants"

Une participante