

7^e JOURNÉE D'ÉTUDES ICFF NORD

Neurosciences et Coaching

Science et conscience

Samedi 18 janvier 2014
de 9h à 18h
au Centre du Hautmont
31 rue Mirabeau à Mouvaux (près de Lille)

9h – Accueil des participants

9h30-10h15 – Table ronde d'ouverture : « Regards croisés sur neurosciences et coaching » animée par Pierre Baillon, avec :

- **Bernadette Lecerf Thomas** intervient en entreprises et en écoles pour faciliter l'appropriation des neurosciences par les acteurs de la transformation des entreprises et de la pédagogie. Elle se réfère aux connaissances apportées par les neurosciences qui, selon elle, permettent d'aider les acteurs de l'accompagnement des personnes et de la transformation des entreprises à mieux prendre en compte les atouts et les contraintes de l'intelligence humaine.
Elle est l'auteure d'ouvrages sur le sujet Neurosciences et Management, et Activer les talents avec les neurosciences
- **Marie-Pascale Martorelle** aborde les neurosciences dans une perspective relationnelle. Au-delà de la connaissance chimique et mécanique du cerveau (par exemple le rôle de l'hippocampe pour la mémoire ou celui de la dopamine dans la motivation), elle s'intéresse à l'aspect social du cerveau, dans la relation entre le coach et son client.
Elle a produit des articles sur le Burn out et le stress et est aussi co-traductrice du livre de Louis Cozolino « La neuroscience de la psychothérapie ».
- **Jacques Splaingaire** est instructeur MBCT (thérapie cognitive basée sur la pleine conscience), il figure parmi les pionniers belges des programmes basés sur la Mindfulness depuis 2005. Le programme qu'il a développé avec Françoise Dumont (psychiatre et psychothérapeute) à l'hôpital Vincent Van Gogh (Marchienne au Pont en Belgique) qui a été l'un des trois premiers en CHU. Il vous fera partager son expertise sur la méditation en Pleine conscience et sur le rôle de celle-ci dans la gestion du stress et sa réduction ainsi que dans la prévention de la dépression ou de sa rechute.

Avec le partenariat de :

Institut de NeuroCognitivisme

AFFÛTEZ VOS COMPÉTENCES PROFESSIONNELLES



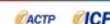
COACHING WAYS
France



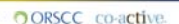
FORS C devient



Inspirer et grandir



Partenaire officiel en France des programmes



www.augere.fr

10h30-12h30 : ATELIERS DU MATIN (un atelier au choix)

Atelier 1 - « Gestalt, Emotions et Neurosciences »

par **Robert Stahl, coach PCC. Il forme, accompagne, supervise des dirigeants, des managers, des coachs et des équipes. Auteur de *Management, formation et travail en équipe - Pratiques issues du coaching et de l'intelligence collective, De Boeck (2013).***

Dans toute situation d'accompagnement – et cela peut être le cas en formation, en management, en coaching, en thérapie... – les émotions sont présentes et prennent plus souvent qu'on ne le pense le volant de la relation. La prise de conscience de ces émotions est précieuse :

- pour la personne accompagnée (l'apprenant, le collaborateur, le client...), dans un processus global d'intégration pour elle-même ;
- pour la personne qui accompagne, comme un levier possible dans la relation d'accompagnement !

Robert STAHL propose un atelier essentiellement expérientiel, permettant à chaque participant une prise de conscience de la puissance des émotions dans cette relation, quand cette prise de conscience est mise au service de... l'accompagnement !

Des apports en Gestalt, Intelligence Collective et Neurosciences complètent l'intervention.

Atelier 2 - « Corps physique et Neurosciences »

par **Nadine Quéré et Pierre Baillon.**

Nadine Quéré est kinésithérapeute D.E. Titulaire d'un Master 2 en psychopédagogie clinique. Conférencière et intervenante universitaire (Paris VI D.U "stress et traumatisme"), entreprises et hôpitaux. Pierre Baillon est Ingénieur Agronome, chercheur, Gestalt thérapeute, coach (International Mozaik), superviseur de coach, formé par Arouna Lipschitz, auteur de 2 ouvrages.

Tout coach est amené à gérer des situations professionnelles génératrices de stress ou de tensions fortes qui s'expriment souvent par des symptômes physiques.

Les neurosciences nous expliquent comment notre corps nous renseigne sur nos états de bien-être et de mal-être (intéroception et proprioception) et comment corps, émotion, réflexion et action sont indissociables. Dans cet atelier, nous allons expérimenter une façon de travailler sur le corps qui permet de débloquer des situations en complétant le travail de la parole et celui de l'émotion. Le principe de cette thérapie des fascias est de dénouer en douceur les mémoires traumatiques des stress physiques et psychiques contenus dans les tissus conjonctifs. Tout en apportant une détente profonde et durable, elle développe particulièrement le ressenti corporel et l'unité tête/cœur/corps.

Atelier 3 - « Les Neurosciences Affectives dans le coaching »

par **Bernard Destrebecq, consultant coach, psychologue clinicien, fondateur de 2ABD, et Jeanne Boyaval, psychothérapeute, superviseur, formatrice en Gestalt, co-directrice de Champ-G : institut de Gestalt du Nord.**

Les neurosciences occupent une place de plus en plus importante en psychothérapie et en coaching. Les Neurosciences dites « affectives » est un courant récent développé aux États-Unis et au Canada à partir des années 1990. Elles s'intéressent essentiellement au développement psycho-affectif et placent la relation, la régulation affective au centre de la rencontre. Un pont entre neuroscience et humanisme est donc jeté.

En quoi cette approche peut enrichir le travail du coach ? Quels sont les concepts clés à connaître, les repères à avoir, et les compétences à développer ?

Au cours de cet atelier, nous vivrons quelques expériences, présenterons les principaux repères théoriques de cette approche et nous élaborerons les ponts possibles entre les neurosciences affective et le coaching.

Atelier 4 - « L'inconscient, un ami qui vous veut du bien »

par André de Chateauevieux & Eva Matesanz, coachs & superviseurs.

Perdre soudain en séance le fil de son intuition, faire un lapsus qui ne nous ressemble pas face au client, voir surgir en sa présence et en notre imaginaire des images incongrues, sentir des tensions soudaines ici ou là dans le corps... c'est l'inconscient du coach qui toujours et au fond s'invite en chaque accompagnement.

Ni pouvoir divin ni don chamanique, cet instrument-là, inné, vivant, vibre et s'accorde avec tout ce qui de nos clients s'empêche ou affleure, crie ou ne peut encore se dire.

Quelles sont les sources de cette part si créative de notre psyché ? Comment s'y connecter ? Quels barrages en nous, quelles inhibitions s'y opposent ? Comment accorder cet instrument aux variations singulières de chaque client ? Dans quel cadre partagé ?

Cet atelier expérientiel et didactique propose d'aller aux sources vives de notre métier : les associations libres, hasardeuses et éclairées ; les souvenirs jusqu'alors oubliés et les voyages inopinés en enfance ; le matériau si précieux des rêves ; les jeux inédits entre accompagné et accompagnant...

Et c'est parce que Freud était aussi neurologue que la psychanalyse nous offre des clés premières et utiles pour tisser des liens entre les neurosciences et l'art d'accompagner. Et que l'inconscient est toujours un ami bienveillant au fond.

Atelier 5 - « Réguler les émotions avec les neurosciences »

par Jean-François Gravouil, psychothérapeute, formateur, consultant.

Les émotions fondent les relations humaines et leur donnent forme. Elles sont à la base des liens sociaux. Leur intégration optimale dans les relations personnelles et professionnelles est un enjeu fondamental, en termes de sécurité, de créativité, de diminution du stress et des distorsions relationnelles.

Les travaux de J. Panksepp sur les émotions de base chez les mammifères, ceux de A. Schore sur la régulation émotionnelle et ceux de L. Cozolino sur le cerveau social remettent profondément en cause notre compréhension des émotions, de leur dynamique et de leur prise en compte. Ils fonderont notre intervention.

Atelier 6 - « Les neurosciences au service du consensus »

par Sabine Jordan-Dassonville, coach, formateur & Michel Comminges, chef d'entreprise converti aux neurosciences, consultant – formateur.

Au terme de cet atelier, les coachs découvriront comment se préfrontaliser pour accéder au calme. L'état de calme est celui où notre potentialité est au maximum. La bascule des modes mentaux nous permet d'y accéder. Et cet atelier a pour ambition non seulement d'y accéder mais d'accompagner notre interlocuteur sur le chemin de la préfrontalisation au profit du consensus.

Atelier 7 - « La Révolution du 3ème cerveau : quel impact en pratique ? »

par Nadia Medjad, docteur en médecine, coach ; Nathalie Levy, coach.

Les dernières découvertes en Neurosciences apportent aujourd'hui un éclairage puissant sur les mécanismes en jeu dans la relation. Après l'Intelligence Rationnelle et l'Intelligence Emotionnelle, la découverte de nouveaux neurones fait émerger une 3ème Intelligence qui gouvernerait les 2 autres et serait déterminante dans nos prises de décisions, nos comportements, nos apprentissages, notre gestion du stress...

Cette nouvelle dimension s'inscrit donc tout à fait au cœur du processus de coaching. Et ces données apportent ainsi une nouvelle grille de lecture pour un accompagnement plus éclairé. Nous vous proposons d'explorer en quoi ces nouvelles connaissances pourrait révolutionner votre approche de l'accompagnement, de la formation et du management et du Leadership.

Atelier 8 - « Management toxique : diagnostic et antidotes »

par Chantal Vander Vorst, coach et formatrice, managing director Institute of NeuroCognitivism, oratrice, co-auteur « Le management toxique » (Eyrolles).

Harcèlement. Humiliations. Vexations. Quand on parle de « management toxique », ce sont les premières images qui viennent à l'esprit.

Cependant, limiter le management toxique au harcèlement serait réducteur.

Qui ne s'est jamais senti impuissant face à un manager qu'on ne parvient jamais à contenter ou qui souffle le chaud et le froid ? Qui n'a jamais été blessé par une remarque que son auteur jugeait pourtant constructive ? Et si nous étions tous toxiques ? Chantal Vander Vorst vous emmènera dans un voyage au cœur de l'humain, en identifiant ce qu'est le management toxique, ses causes neuroscientifiques, la typologie, les remèdes et spécificités en coaching.

Atelier 9 - « Mindfulness et Coaching : les apports en Entreprise »

par Marjan Abadie, coach, thérapeute TCC & Mindfulness Based Cognitive Therapy.

Combinant une approche basée sur l'expérimentation et un éclairage théorique, cet atelier vous propose d'expérimenter et d'échanger sur ce que la méthode Mindfulness, au-delà d'un phénomène «de mode», peut nous apporter. Nous allons nous appuyer sur des études validées en Neurosciences pour comprendre comment la Pleine Conscience peut, par exemple, augmenter la plasticité cérébrale et améliorer la gestion des émotions, des atouts si nécessaires en entreprise !

Nous allons étape après étape :

1. (Re)Découvrir la Mindfulness par le biais d'exercices simples
2. Passer en revue des études récentes en Neurosciences sur la méditation pour mieux comprendre son action et les mécanismes de cette action
3. Echanger sur la valeur ajoutée de la Pleine Conscience dans le processus de Coaching

Atelier 10 - « Vins et Neurosciences : un rapprochement audacieux ? »

par Véronique Clair de Saint-Remy, coach, praticien PNL et Analyse Neuro-Cognitive, co-pilote de Aden Executives, société de formation ; et Hervé Gibault, Œnologue-conseil, intéressé par ce que le vin peut révéler en chaque dégustateur, novice ou érudit, et curieux de corréler la logique technique à l'émotion pure.

Comment, lors d'un atelier original de dégustation de vins choisis, prendre conscience - par le biais de nos émotions et de nos perceptions pures - de notre propre architecture cérébrale selon le modèle ANC, Analyse NeuroCognitive.

L'atelier sera animé par deux professionnels du coaching et de l'œnologie qui unissent leurs connaissances et leurs savoir-faire pour vous guider dans un voyage passionnant et vous faire découvrir de façon ludique et signifiante comment "empreinte et caractères" déterminent nos choix et nos perceptions.

12h30-14h : DÉJEUNER SUR PLACE

14h-16h : ATELIERS DE L'APRÈS-MIDI (un atelier au choix)

Atelier 11 - « Coacher avec son cerveau droit »

par **Pascale Vénara et Laurent Oddoux.**

Pascale Vénara est coach, superviseur, psychologue du travail et psychothérapeute gestaltiste. Elle anime des ateliers de Relation Optimale de Coaching (ROC) qui intègrent les dernières recherches sur les neurosciences affectives et le savoir thérapeutique. Laurent Oddoux est reconnu dans les mondes de l'entreprise et du développement personnel. Expert en leadership et dans le management des projets complexes, il est conseiller auprès des équipes de direction sur la conduite du changement. Il est coach pour dirigeant et superviseur pour coachs. Il est formé à la Gestalt et pratique la psychothérapie. Il est également formateur de coachs et de superviseurs.

Comment développer de nouvelles compétences réflexives, interactives et affectives pour améliorer la co-construction de la relation et mieux entendre ce que vous dit le client sans vous le dire.

Atelier 12 - « Explorer et aligner nos 3 cerveaux »

par **Moëra Saule, coach, ACC, coach en carrières internationales, responsable Erickson College Toulouse.**

Les dernières recherches neuroscientifiques ont détecté qu'au-delà de la complexité de notre système cérébral, nous ne comptons finalement pas un cerveau mais 3 cerveaux dans le corps humain qui contiennent chacun un système neuronal autonome et complexe que nous allons explorer dans cet atelier.

Si le coaching crée un alignement, c'est aussi en permettant à ces 3 cerveaux de communiquer de manière fluide, et de parvenir à ce qu'ils s'équilibrent entre eux... Nous nous amuserons donc à connecter de manière simple et efficace ces 3 cerveaux et à les faire communiquer entre eux pour créer un alignement fort. Ce processus est efficace pour créer une cohérence dans les choix opérés, dans les besoins de prise de recul mais aussi dans les processus d'estime de soi et d'écoute de soi en concordance avec l'environnement.

Atelier 13 - « La Noblesse de notre Animalité »

par **Nausicaa Meyer, coach spécialiste de l'Impact en public et Marie-Pascale Martorell, coach de dirigeants, superviseur.**

Comment s'appuyer sur son animalité pour rester en relation avec l'autre dans un environnement stressant, retrouver du désir et quitter la peur ? Le coach repart avec de nouvelles questions pour rencontrer son client et des expérimentations qui facilitent l'intégration du travail sur les émotions de base. Le coach dispose d'une boussole fondée sur les recherches les plus récentes en neurosciences affectives. Il peut se repérer facilement dans l'univers émotionnel, sortir son client de l'isolement en prenant en considération ses élans et enjeux profondément archaïques.

Atelier 14 - « Self Leadership et Intelligence émotionnelle »

par **Gilles Corcos, consultant en intelligence émotionnelle, coach, enseignant ; auteur de l'ouvrage « Développez vos compétences émotionnelles » Ed. Eyrolles.**

Nous ne percevons que la surface de l'iceberg, le plus important reste invisible à l'intelligence cognitive. Identifier la frontière entre les différentes formes d'intelligence rend possible les transformations. L'objet de l'atelier est de permettre à chacun de mieux percevoir les interactions entre les langages cognitif, émotionnel et sensoriel. Il est aussi de vivre au moins une des trois étapes du processus de libération émotionnelle.

Processus pédagogique :

- Apport théorique : Dynamique psychique et Intelligence émotionnelle
- Exercice : Vivre son Self Leadership
- Débriefing en groupe
- Capitalisation de l'expérience

Atelier 15 - « Relation Neurosciences - Coaching autour du modèle Co-Actif » par Christine Duchêne, coach et Patrice Birot, coach PCC, Augere France.

Dans cet atelier expérientiel, vous en apprendrez plus sur les dernières recherches sur le cerveau et sur la manière dont nous pensons, ressentons et changeons. Vous explorerez aussi ce qui fonctionne vraiment pour créer une transformation réelle et durable.

Basé sur de nombreuses découvertes impressionnantes des neurosciences et en lien avec l'approche du coaching co-actif, cet atelier vous permettra, entre autres, de :

- mieux comprendre l'impact de notre instinct naturel « combattre ou fuir » ;
- approfondir votre compréhension de la capacité à ressentir les émotions des autres au travers de neurones miroirs.

Venez également découvrir les nombreuses façons dont la peur, le ressentiment, l'apathie, la frustration, la culpabilité, la honte... nous contraignent physiologiquement.

Enfin venez développer votre capacité à transformer facilement et efficacement des émotions négatives ou limitatives en vous-même et chez les autres.

Atelier 16 - « Activer les talents avec les Neurosciences »

par Bernadette Lecerf-Thomas, superviseur et transmetteur de savoir, auteur d'*Activer les talents avec les neurosciences* (Pearson), et *Neurosciences et management, le pouvoir de changer* (Éditions d'Organisation), de *L'informatique managériale* (Hermès).

Afin d'illustrer la façon dont les coachs facilitent l'activation des talents des sujets en difficulté, j'aborderai trois notions en les expliquant avec les neurosciences : le désapprentissage nécessaire à certains apprentissages, les mécanismes qui entravent le déplacement de l'attention et l'influence des systèmes de récompense nichés dans le cerveau. Comprendre « les fonctionnements cérébraux » aide à renforcer ses compétences et peut inspirer le développement de nouveaux outils. Les participants seront invités à faire des liens avec leurs propres connaissances et leurs pratiques.

Atelier 17 - « Neurosciences, Sophrologie et développement de la conscience »

par Dominique Peterson, coach, consultante et sophrologue (Master de Sophrologie Caycédiennne en cours), fondatrice d'Escales humaines, et Philippe Castilla, sophrologue (Master de Sophrologie Caycédiennne), coach et consultant en entreprise. Chargé des cours de Management de soi et efficacité managériale à l'Essec Executive Education.

Aider la personne coachée à accroître la conscience qu'elle a d'elle-même et de l'impact de ses attitudes et comportements sur les autres, est au cœur de la relation de coaching. Les neurosciences permettent aujourd'hui de mieux comprendre les processus de développement de la conscience et font ressortir toute l'importance du travail corporel dans ce processus. Parmi les démarches prenant appui sur le média corporel, la sophrologie offre un cadre méthodologique à la croisée de la médecine, de la philosophie et des pratiques de méditation. Cet atelier vous permettra de comprendre les mécanismes du cerveau qui expliquent l'efficacité de ces pratiques et d'expérimenter quelques techniques. Notre souhait : vous faire vivre un moment de détente et de découverte d'une pratique puissante et utile en coaching

Atelier 18 - « L'accompagnement dans les systèmes à risques »

par Jean-Pierre Henry, chef navigateur de combat, coach, consultant, formateur et Christian Chalon, chef de projet gestion de crise, coach, consultant, formateur.

Certaines professions nécessitent de pouvoir optimiser rapidement et efficacement l'emploi de ses ressources mentales et/ou de celle de ses interlocuteurs.

La prise en charge de la gestion de crise passe par un accompagnement spécifique avec une vraie stratégie de développement de compétence sur l'approche neurocognitive et comportementale. Nous avons tous en mémoire le terrible accident ferroviaire de Brétigny qui a mobilisé plusieurs centaines de personnes pour apporter les secours nécessaires aux victimes. Derrière cette mobilisation extrême, chacun s'accorde à reconnaître l'efficacité et le savoir faire des acteurs SNCF de la gestion de crise. La puissance émotionnelle d'un tel événement sur les individus nécessite d'indéniables capacités d'adaptation. Saisir et comprendre toutes les caractéristiques de la crise, l'événement et toutes ses conséquences sont essentiels pour la gérer dans toutes ses composantes.

De même, un équipage de Mirage 2000 n'a pas droit à l'erreur lorsqu'il faut apporter un soutien aérien aux troupes prises sous les feux ennemis.

Comment préparer ces professionnels du risque dans l'optimisation de l'emploi de leurs ressources cognitives et émotionnelles ? Sur quels modèles et outils peuvent-ils s'appuyer pour gérer des situations potentiellement graves, voire dangereuses ?

Les deux animateurs de l'atelier Gestion des Modes Mentaux vous feront partager leur expérience dans la formation et l'accompagnement d'opérateurs de systèmes à risques.

Atelier 19 - « La pleine conscience, préalable au choix et à l'action »

par Jacques Splaingaire, sexologue, psychothérapeute, instructeur mindfulness.

- Qu'est-ce que la mindfulness ? (pleine conscience)
- A quoi sert-elle ? (et notamment en coaching)
- Quels sont ses effets sur le cerveau ?
- Comment procéder ?
- Expérience (exercice du raisin)
- Entraînement à une technique (ARC)
- Feed back
- Seconde technique (méditation assise)
- Feed back

Atelier 20 - « Corps taoïste et sciences cognitives »

par Éric Caulier, docteur en anthropologie, professeur de taijiquan. Formateur de formateurs, fondateur d'une école internationale de taijiquan, consultant en entreprise en ergonomie.

Au travers de quelques postures et mouvements fondamentaux, nous explorerons la dimension intérieure du taijiquan héritée des anciennes pratiques taoïstes. Nous découvrirons la force opératoire des images intériorisées pour amplifier nos sensations, mobiliser nos ressources profondes et mieux habiter notre corps. Dans un exercice avec partenaire, nous expérimenterons les différentes étapes de l'empathie permettant de détecter les intentions dans les actions. Nous mettrons en évidence la convergence entre modèles traditionnels et modélisations issues des sciences cognitives. Retrouver notre cohérence personnelle et notre pouvoir d'agir sur nous-mêmes en interaction avec autrui et notre environnement nous aide à croître et nous permet d'accompagner d'autres sur leur propre chemin.

16h15 - Conférence de clôture animée par Christopher PETERSON, past-président d'ICF France

17h - COCKTAIL DE CLÔTURE

ICFF Antenne Nord-Pas-de-Calais

ICFF Nord : contactJE2014@coachfederation.fr – Juliette VANHAMME, tél. 03 20 91 95 68

Président de l'antenne : Jean-Marc LECERF – 06 52 27 05 27

Past-président, trésorier et secrétaire : Pierre BAILLON – 06 85 20 88 32

Vice-président : Yves de MAILLARD – 06 09 07 36 25

Membres du bureau : Alexis BARBA – 06 85 03 52 51 ; Anne GRISON – 06 22 65 20 28 ; Brigitte LAFITTE – 06 69 69 63 69 ; Carole DESPREZ – 06 33 40 88 19 ; Catelijne CLOUTOUR – 06 77 78 78 69 ; Claire DENIS – 06 33 87 29 36 ; Gilles SERPRY – 06 16 98 71 66 ; Laure DUFRESNE – 06 63 69 60 98 ; Martine PAYOT-SURMA – 06 89 47 11 07 ; Nathalie LEVY – 06 15 15 55 09 ; Nathalie CHEMIN – 06 75 01 46 53 ; Pascale RICHARD – 06 28 42 38 33 ; Sibylle DUPREZ – 06 07 56 57 94 ; Sophie PIQUEMAL – 06 77 08 27 88 ; Stéphane WATTINNE – 06 09 88 26 08 ; Sylvie ARUFAS – 06 75 13 47 93 ; Sylvie MAQUET – 06 86 90 38 51.

Commissions et ateliers

- **Coach-club**
- **Ressourcement**
- **Communication**
- **Certification**
- **Recrutement**
- **Be Coach**
- **Pépinière de coachs**
- **Life coaching**
- **Art coaching**