



Charisméthik

Formation Charisméthik

Livret 2023

1. Présentation

L'outil Charisméthik s'inscrit dans l'appel individuel et collectif à changer de paradigme sur le plan professionnel, matériel, financier, au regard des constats sociétaux :

- Burn outs nombreux
- Augmentation des "bore out"
- Décrochages scolaires en augmentation
- Alertes de conjoncture sur un potentiel effondrement du système économique
- Alerte climatique et remise en cause de nos fonctionnements de consommation
- Souffrance en entreprise
- Situations toxiques en entreprise (harcèlement moral)
- Nouvelles générations plus demandeuses d'équilibre pro/perso

Cet outil vient aussi apporter une réponse à une partie de la population qui a fait un gros travail sur elle, qui a souvent contacté de nouvelles dimensions (spirituelles, thérapeutiques, etc...) et qui aspire à reprendre une place dans le monde mais sans devoir cliver avec cette nouvelle réalité intérieure.

2. Objectifs

Les objectifs de cet outil sont :

- ☐ Développer, booster, libérer le **self-leadership** (contexte entrepreneurial, gestion de projet), dans un paradigme intégrant les notions de foi, coeur, valeurs, amour
- ☐ (Auto-)Accompagner les évolutions professionnelles
- ☐ (Auto-)Accompagner la posture professionnelle
- ☐ (Auto-)Accompagner la recherche de vocation professionnelle
- ☐ (Auto-)Accompagner l'entrepreneuriat
- ☐ (Auto-)Accompagner les projets qu'ils soient professionnels, créatifs, personnels...

3. Concepts

Le paradigme

Changer de paradigme, c'est un peu comme changer le moteur. On repart sur des bases nouvelles, avec une nouvelle dynamique, de nouveaux fonctionnements.

Les moteurs actuels sur les plans pro, financiers, projets :

- Peur, insécurité, peur de manquer
- Revanche personnelle

- Volonté personnelle (avec risque de compensation narcissique)
- Obligation
- Mérite
- Possessivité
- Pouvoir
- Appartenance (loyautés)

L'objectif est donc de gagner de l'**argent**, c'est le sens qui est proposé.

Pour cela il faut **calculer**, faire les choix (formation, études) en fonction de cela.

Ensuite il faut "**faire**" beaucoup, et seulement "faire", c'est le seul moyen qui est proposé.

Et enfin, il faut prendre sur soi, s'**adapter**, accepter, sans tenir compte des limites intérieures.

Dans ce paradigme, l'être tout entier est atteint et en souffrance : âme, cœur, énergie, corps.

Changer de paradigme, c'est s'ouvrir à des moteurs plus naturels, organiques.

C'est repenser la dimension matérielle, organisationnelle en s'inscrivant sur la communauté humaine initiale, la tribu, avec son besoin d'organisation interne, dans un état d'esprit qui a compris la leçon, c'est -à -dire en intégrant l'Être et ses besoins.

Les nouveaux moteurs seraient :

- Intégrité
- Cœur
- Joie
- Foi

Ces nouveaux moteurs permettent de redéfinir/définir les concepts suivants :

- Contribution
- Métier
- Vision
- Vocation
- Identité
- Posture
- Charisme
- Self-leadership
- Abondance, prospérité
- Réussite
- Écologie personnelle

Les 4 moteurs : Coeur, Joie, Foi, Intégrité

Coeur, Joie, Foi, Intégrité sont les 4 moteurs de l'Être.

Sur le chemin proposé par Charisméthik, l'objectif est de redonner sa juste place à l'Être, voire même le place au centre du nouveau fonctionnement.

Ces 4 moteurs sont donc des espaces intérieurs à connecter, expérimenter, restaurer, manifester.

Ces 4 moteurs sont des concepts de nature spirituelle, c'est là l'audace à laquelle invite l'outil : la **spiritualité appliquée**.

Le Coeur nous invite à sentir un espace qui est fait pour être ouvert et qui facilite la circulation de l'énergie d'amour. Il ne s'agit pas de la définition romantique, mais spirituelle de l'Amour. L'expérience à vivre est une expérience d'ouverture (ouverture du coeur).

Il n'y a pas de bonne raison de laisser cet espace à l'extérieur de notre métier, nos projets, notre argent. Le risque est le clivage, puis la souffrance. Un cœur ouvert manifesterait : bienveillance, empathie, intelligence émotionnelle, écoute, accueil.

Inviter le cœur dans les espaces concrets, pragmatiques, matériels, c'est permettre un "FAIRE" qui soit à chaque instant un acte d'amour.

Cela crée un cercle vertueux : l'autre se sent aimé, il peut à son tour s'ouvrir, etc.

La Joie nous invite à libérer une énergie naturelle en nous, une énergie pétillante, désirante, souriante. Il ne s'agit de l'émotion de joie, il n'est pas ici question de rire tout le temps ! Mais nous parlons de la joie profonde, du sourire profond de la personne qui s'est libérée de ses attaches, de ses voiles. Joie va avec liberté, libération. Elle implique aussi la connexion à une source de joie, qui est à connaître individuellement. Idéalement cette source de joie est autonome, intègre pour être pérenne.

Un métier, projet sans joie serait porteur d'ennui, de souffrance et surtout de pauvreté. Une joie libérée manifesterait : dynamisme, opportunités, synchronicités, abondance, fluidité.

Apporter la joie dans les espaces concrets, pragmatiques, matériels, c'est permettre la contribution joyeuse et l'abondance.

La Foi nous invite à nous relier à quelque chose de plus grand que nous, afin de pouvoir accueillir une réalité profonde différente de la volonté personnelle. Elle permet de fonctionner avec une intelligence externe, qui serait bonne conseillère, gardienne de l'être. Elle permet d'intégrer les aspects irrationnels (intuition, appel, vision...) au monde dit rationnel. En effet, lorsque l'on répond à un appel profond, rien ne prouve, ne garantit la réussite. La foi c'est faire confiance à cette intelligence supérieure externe au moi égotique (interne à l'Être). La foi n'est pas liée à une religion ou une spiritualité particulière. Nous considérons que nous portons tous une foi à découvrir. Se pose ensuite la question de nourrir, alimenter cette foi. C'est là qu'intervient la notion de pratique. Un métier, projet sans foi ne pourrait pas tolérer de risque, d'instinct, d'intuition. C'est se priver de la moitié de notre intelligence. Une foi assumée manifesterait : confiance, espoir, optimisme.

Apporter la foi dans les espaces concrets, pragmatiques, matériels, c'est permettre une forme de magie.

L'Intégrité nous invite à faire en sorte que le respect habite nos choix, nos actions, nos décisions, nos pratiques. Le respect de soi va avec la notion d'écologie personnelle. Il s'agit de respecter sa nature profonde, son corps, son énergie, ses valeurs personnelles. A cela s'ajoute le respect de l'autre. Il s'agit de respecter l'autre en étant intègre dans ses relations, ses pratiques, ses choix. Se comporter de façon intègre implique de restaurer sa propre intégrité en réparant les empreintes passées, en conscientisant ce qu'est une atteinte à l'intégrité et donc l'intégrité. L'intégrité est une valeur qui sous-tend les autres valeurs. L'intégrité nous invite à respecter toutes nos valeurs, et à nous ouvrir à celles des autres. Un métier, projet sans intégrité serait un espace potentiel pour le développement de la toxicité relationnelle et la toxicité des processus. Une intégrité restaurée manifeste : autonomie, respect, modération. Apporter l'intégrité dans les espaces concrets, pragmatiques, matériels, c'est permettre d'œuvrer sereinement et de façon éthique.

Les bénéfices dans la pratique de ces 4 moteurs sont :

- ☐ L'autonomie
- ☐ La magie
- ☐ L'intégration au collectif, pacification avec les systèmes.
- ☐ Authenticité
- ☐ Liberté intérieure
- ☐ Assertivité
- ☐ Audace

Les concepts Charisméthik

De l'adoption de ces 4 moteurs découlent les concepts du cadre de référence de l'outil, qui sont des redéfinitions ou des nouveaux concepts.

Contribution

Se projeter dans un écosystème humain primal, qui repartirait à zéro amène à la notion de contribution. Il est difficile de fonctionner seul, sans groupe quand il s'agit de se nourrir, se protéger, se guérir, etc. Dès lors qu'un groupe s'organise se pose la question de la contribution de chacun. Dans ce nouveau paradigme, la contribution d'un individu, sa place, résulte naturellement de qui est cette personne, de ce pourquoi elle est faite, douée. Avoir un emploi n'a donc pas pour seul objectif de se réaliser personnellement, de s'épanouir, mais aussi de contribuer au collectif.

Métier

La notion de métier peut alors reprendre une définition plus naturelle, plus organique. Le métier idéal à un instant donné est l'émergence entre un collectif et une identité spécifique, unique. Cette alchimie s'inscrit dans l'intelligence d'un vaste écosystème. On assiste ainsi à des écosystèmes personnels qui s'intègrent naturellement avec un écosystème plus large. Les éléments constitutifs d'un métier sont :

- le savoir-faire,
- le cadre pour oeuvrer,
- le rôle, la mission
- la rétribution, l'échange

Vision

Lorsque l'on crée une entreprise, et que l'on est accompagné par un organisme, on nous demande d'explicitier notre vision à 3 ans, 5 ans, etc... Cette vision est plus l'affirmation d'une velléité sous-tendue par des obligations, des pressions que la vision qui émerge, telle que décrite dans la tradition des quêtes de vision.

La vision dont on parle ici est profonde, en lien avec l'intelligence écosystémique et spirituelle. Elle se cherche, on facilite l'émergence. Elle ne s'est en aucun cas issue d'une volonté personnelle.

Vocation

La vocation dans son étymologie fait référence à la notion d'appel et d'invitation. Cet appel est en lien direct avec l'espace de la vision. L'émergence d'une vocation se fait idéalement naturellement, car les conditions sont propices : liberté intérieure, connexion à soi, soutien du système. Ce processus peut se faire plus d'une fois dans une vie. La vocation est constituée de : une place, un talent, un rôle.

Identité

Ce qui sous-tend la vision et la vocation, c'est l'identité. Ici la notion d'identité est globale et intègre la dimension spirituelle. On parle de Moi profond.

Une identité peut être décrite, nommée, elle est faite pour être dite.

Elle a pour enjeu de dire l'indicible.

Elle est unique, spécifique, singulière.

L'enjeu est d'intégrer une identité sociale incarnée avec une identité spirituelle archétypale, vibratoire. L'outil facilite ce processus.

L'identité est un espace complexe constitué de plusieurs couches.

Il y a deux objectifs majeurs avec cette identité :

- Que l'identité elle-même soit en unité, cohérente, pleine, entière.
- Qu'il y ait un sentiment interne d'identité. La personne sait/sent qui elle est.

L'identité est la source de la vision, de la vocation, de la posture, du charisme.

Posture

La posture d'une personne dans une situation est définie par une sorte d'attitude intérieure qui serait très vibratoire. Cette attitude intérieure se caractérise par l'équilibre dans la situation donnée entre une intention pour soi et une intention pour l'autre.

Adaptée au contexte professionnel, par exemple, l'intention pour soi peut être : j'ai l'intention avec ce que je suis en train de faire, d'être autonome financièrement. Si je suis coach, l'intention pour l'autre peut être : j'ai l'intention d'aider cette l'autre à trouver ses solutions.

Cet équilibre interne/externe permet de ne pas être dans une posture parasite toxique : victime, sauveteur, persécuteur. Il est donc sain de pouvoir nommer ces deux intentions

dans le métier que l'on exerce, dans le projet que l'on mène. Une posture ajustée est une condition impérative pour le charisme.

On peut faire émerger la posture dite naturelle d'une personne. Cette posture naturelle peut grandir, évoluer, se configurer. Une posture peut s'acquérir dans une formation longue. Mais si on cherche à aller vers une posture qui est trop éloignée de la posture naturelle, cela bloquera.

Charisme

Le mot charisme, dans son étymologie, fait référence à un don, une grâce divine, mais peut être associé aussi au cœur (charité). Un synonyme pourrait être: rayonnement personnel. Mais en intégrant la notion spirituelle, on accède à une conception du charisme nouvelle : rayonnement personnel induit par l'ouverture d'un don profond, de nature spirituelle, qui s'offre au monde. Dans cet état particulier d'ouverture, connexion, acceptation, il y a une reconnaissance inconsciente, universelle des autres, ou d'une partie des autres, ce qui crée de l'adhésion, de l'engagement.

Pour que le charisme soit présent, actif, plusieurs facteurs sont nécessaires. C'est l'objectif de l'outil : amener vers cet état de grâce.

Self-leadership

Quand il y a rayonnement, charisme à l'extérieur, on trouve le self-leadership à l'intérieur, ou auto-détermination.

C'est une attitude profonde de détermination à manifester qui nous sommes vraiment, dans la foi, le cœur, l'intégrité, la joie. C'est un chemin, une expérience, un sens.

Concrètement, cela se manifeste par avoir du leadership pour soi-même : être motivé quant à faire aboutir des projets profondément personnels.

Abondance et prospérité

L'abondance est également un paradigme, fondé sur un charisme éthique. L'enjeu n'est pas de posséder mais de laisser vivre la circulation des énergies qui permet à chacun de répondre à ses vrais besoins. Elle est liée à un état d'être très en lien avec l'état d'être du self-leadership. Alors que l'abondance caractérise une circulation, la prospérité décrit l'état de santé des écosystèmes personnels qui en résulte.

Réussite

La notion de réussite dans ce paradigme est intime, et à redéfinir personnellement. Elle peut être explorée grâce à l'outil. Etymologiquement, le mot est en lien avec la notion d'issue. La caractériser de bonne ou mauvaise est relatif à chacun. Mais cette notion met en lien avec la réalité qu'il y a une issue, donc une fin dont nous sommes créateurs.

Écologie personnelle

La notion d'écologie personnelle parle de la façon dont notre écosystème personnel s'organise, fonctionne. Cet écosystème personnel est fait de :

- les actions menées
- les savoir-faire impliqués

- le don manifesté
- la façon dont les besoins trouvent leur réponse
- la façon dont on contribue
- la typologie des relations

L'outil vise à instaurer une écologie intègre, respectueuse, fertile, nourrissante.

Les écueils

Voici les principaux tyrans qui peuvent ralentir, faire opposition au charisme, au self-leadership.

Les blessures

Nous sommes des êtres blessés. Nos blessures peuvent être enfouies et cachées derrière nos mécanismes de défense, nos stratégies de compensation, ou bien avoir été guéries (résilience). Lorsqu'elles ne le sont pas, elles peuvent rester en sommeil, puis être activées par une situation, une rencontre, un événement.

Toute cette mécanique des blessures activées entraîne des phénomènes qui ont un impact direct sur le self-leadership et le charisme.

- ☐ Les mécanismes de défenses activés ferment le cœur
- ☐ Les stratégies de compensation activent le faux self, et déconnectent du vrai self.
- ☐ Il y a perte de joie,
- ☐ Voire perte de foi (désespoir).

Il n'est donc pas possible ici de séparer vie privée et vie professionnelle. Un vécu actif impacte le charisme immédiatement si il n'y a pas de prise en charge avec des outils personnels.

Les fantasmes vs les vrais rêves

Parmi nos blessures, certaines créent des failles narcissiques : notre image de nous est blessée. Nous aurons alors besoin de compenser et récupérer une bonne image. Cela amène à développer des fantasmes : des visualisations de moi ans certaines situations qui me renvoient une image réussissante, positive, valorisante, etc.

Le fantasme apporte une satisfaction immédiate, du plaisir rapide. Mais lorsqu'il s'agit de mener les actions pour y parvenir, il n'y a aucune joie, aucun élan.

Dans un vrai rêve, tout est bon! Pas seulement le but, mais aussi le chemin.

Faux self vs Vrai self

La psychologie développe un phénomène pathologique particulier : le faux self. Les mécanismes de suradaptation ont pris le pas sur l'émergence de l'identité profonde. La personne s'identifie totalement au personnage construit pour survivre.

Le faux self n'est pas compatible avec le nouveau paradigme. Il n'y a aucun charisme dans le faux self.

La Volonté personnelle

La volonté personnelle résulte de tout ce qui précède : des blessures qui entraînent des besoins de compensations, des failles narcissiques qui ont besoin de revanche, des faux selfs qui prennent le pouvoir sur nous.

La société nous encourage à vouloir des choses (ce qui entraîne la consommation).

Nous vivons ici une forme de double personnalité entre un moi authentique, connecté, inspiré qui nous échappe et un moi volontaire, réactif, résistant.

Les conflits intérieurs

Il est dans la nature humaine de vivre des conflits intérieurs à chaque croisée des chemins.

La vie est pleine d'options, d'invitations. Nous sommes confrontées au besoin de positionnement, de décision. Les conflits intérieurs créent une tension interne et peuvent être bloquants. Il est naturel de vivre des conflits intérieurs, il est problématique d'y rester trop longtemps, sans trancher.

Le manque d'autonomie

L'autonomie est quelque chose qui grandit tout au long de notre existence. Il peut y avoir un décalage entre le niveau d'autonomie de la personne et le niveau d'autonomie demandé par son aspiration. On ne peut forcer l'autonomie, mais on peut booster le processus de croissance. En commençant par avoir l'intention d'être autonome.

On peut être autonome sur certains plans, moins sur d'autres.

Les méconnaissances

Une méconnaissance est un élément de notre réalité sur lequel on fait l'impasse, en sous-estimant l'impact qu'il peut avoir sur le reste de notre vie.

4. Utilisation de l'outil

L'outil Charisméthik accompagne cette quête globale, spirituelle, avec la foi que c'est bon pour tout le monde, et cela avec différentes possibilités :

Auto-exploration

L'utilisation en autonomie de l'outil permet de s'auto-accompagner au quotidien :

- ☐ Dans le cadre d'une auto-entreprise,
- ☐ Dans le cadre d'une posture managériale,
- ☐ Dans le cadre d'un projet que l'on a besoin de faire aboutir, qu'il soit personnel ou professionnel.
- ☐ Dans le cadre du self-leadership global, afin d'être maître de sa vie, de son écologie personnelle (prise de décision, appels, etc.)

Séance individuelle

L'utilisation en séance individuelle, dans une posture de coach, permet d'accompagner tout type de demande en lien avec le concret, qu'ils soit personnel ou professionnel.

Animation d'ateliers

L'animation d'ateliers en groupe permet de proposer un espace créatif pour faire émerger le self-leadership de chacun.

Intelligence collective

Enfin, l'outil peut être utilisé dans des contextes d'intelligence collective : groupes de supervision, groupes de pairs, etc.

5. Le modèle

Le modèle Charisméthik repose sur l'exploration, la mise en alliance de **4 moteurs** ou facettes : Visionnaire, Leader, Performer, Passionné.

Chaque facette est un rouage de la dynamique interne de Self-leadership, de la dynamique externe de charisme.

Pour que l'ensemble fonctionne, nous avons besoin que chaque moteur soit actif, consistant, spécifique, en alliance avec les autres.

Enfin, chaque personne a une roue unique, avec un moteur dominant, un moteur fragile, un moteur de confort, un moteur atypique.

Le Visionnaire

Le visionnaire est celui qui héberge, porte en lui la **vision**. Il sait qui nous sommes profondément, et il est le Gardien de la cohérence, et nous permet de tenir nos grandes directions, nos caps sans se perdre.

Il vibre sur trois axes :

- Le sens de notre existence
- Nos valeurs
- Nos rêves

Expérience vécue : se sentir à sa place, clarté

Son self-leadership : Savoir où l'on va

Son charisme : inspirer l'autre, donner de l'espoir, ouvrir les possibles, porter du sens

Ses besoins : calme, silence, contemplation

Ses vécus négatifs : dépression, perte de sens, fermeture d'esprit, rigidité, logorrhée mentale, indécision

Mots-clé : CAP, VISION, RÊVE, AXE, VALEURS, SENS, EXISTENTIEL, GARDIEN, APPELS

Les leviers de travail : espace de non-faire, changer de cadre

3 Profils de charisme :

1. Le **FUTURISTE** : il anticipe l'avenir, il s'y projette et a à cœur de trouver des solutions concrètes aux besoins (innovation, technologie, conception).
Mot-clé : CONSTRUIRE
2. Le **SPIRITUEL** : il est animé par son évolution personnelle, et il suit son chemin atypique en répondant aux appels (évolution, liberté, ouverture). Mot-clé : LIBERTÉ
3. L'**IDÉALISTE** : il est porté par des valeurs fortes non négociables et il aspire à les vivre dans le collectif (collectif, engagement, discipline). Mot-clé : ENGAGEMENT

Les Combinaisons :

FUTURISTE + SPIRITUEL : ÉVEILLEUR

FUTURISTE + IDÉALISTE : PHILANTHROPE

SPIRITUEL + IDÉALISTE : GUIDE

FUTURISTE + IDÉALISTE + SPIRITUEL : SAGE

Le Leader

Le Leader prend la responsabilité de concrétiser la vision, les projets, les rêves. Il est le porteur du projet, il sait en parler, il y croit, il le défend. Il permet de traduire un rêve, une idée en étapes concrètes, un profil une identité en métier. le “concrétisateur”. Il fait avancer les choses.

Il vibre sur trois axes :

- Posture
- Cadre
- Motivation

Expérience vécue : Le Kiff, sentiment d’assurer, de puissance

Son self-leadership : Savoir par où commencer, quoi faire

Son charisme : accompagner, leadership, joie

Ses besoins : vision, foi, confiance, rétribution

Ses vécus négatifs : absence, résistance, persécuteur, autoritarisme, laxisme, peur

Mots-clé : POSTURE, CADRE, LEADERSHIP, MOTIVATION, ENTHOUSIASME, FOI, MANAGEMENT, ORGANISATION, MÉTHODE, STRUCTURE

3 Profils de charisme :

1. L'**ÉDUCATEUR** : Il fait avancer en suivant les étapes une par une, en apprenant au fur et à mesure. Il est ok avec l’échec et le temps nécessaire. Il fait avancer l’autre.
Mot-clé : ACCOMPAGNER
2. Le **DIRECTEUR** : il fait avancer en structurant, organisant, avec une grande détermination et motivation. Mot-clé : MENER
3. L'**ENTHOUSIASTE** : il est porté par la joie que lui crée la vision. Il entraîne ainsi les autres avec lui et il fait avancer le monde. Mot-clé : JOIE

Les leviers de travail : identité, posture, autonomie, relation au cadre

Les Combinaisons :

ÉDUCATEUR + DIRECTEUR : FORMATEUR

ÉDUCATEUR + ENTHOUSIASTE : COACH

ENTHOUSIASTE + DIRECTEUR : ENTREPRENEUR

ÉDUCATEUR + ENTHOUSIASTE + DIRECTEUR : MENTOR

Le Performer

Le performer est le maître du faire et de l’action. Il active des savoir-faire, de la présence pour faire ce qui a besoin d’être fait, pour être là où il y a besoin d’être. Le “faiseur”. Il est soucieux du plaisir, des rythmes naturels, de la nature profonde, dans un objectif qui est le self-respect. Il préfère oeuvrer que travailler. Il est porté par la notion de nécessité intérieure.

Il vibre sur trois axes :

- Plaisir
- Nature profonde, instinct
- Savoir-faire

Expérience vécue : La jouissance, l'accomplissement

Son self-leadership : L'action juste au bon moment

Son charisme : la qualité (de présence, de travail, d'investissement)

Ses besoins : respect, intégrité, écoute

Ses vécus négatifs : procrastination, épuisement, rébellion, débordement, dispersion

Mots-clé : PLAISIR, OEUVRER, ACTION, INSTINCT, QUALITÉ, PRÉSENCE, COMPÉTENCE, SAVOIR-FAIRE, NÉCESSITÉ INTÉRIEURE, TALENT

3 Profils de charisme :

1. **L'EXPERT** : Il se consacre à un sujet à la fois, et il l'approfondit à un niveau d'expertise. Il peut tout oublier autour !! Mot-clé : FOCUS
2. **LE JOUISSEUR** : il se consacre à tout ce qui lui donne du plaisir. Il a besoin de temps, d'espace pour ça. Mot-clé : NON-FAIRE
3. **LE POLYVALENT** : il a soif d'apprendre et de savoir tout faire tout seul. Il est sur plusieurs fronts à la fois. Mot-clé : AUTONOMIE

Les leviers de travail : trouver la nécessité intérieure, retrouver le plaisir

Les Combinaisons :

EXPERT + JOUISSEUR : JOAILLIER

EXPERT + POLYVALENT : GÉNIE

JOUISSEUR + POLYVALENT : GOURMAND

EXPERT + JOUISSEUR + POLYVALENT : ACCOMPLI

Le Passionné

Le Passionné est un feu sacré par essence. Il est comme une marmite en ébullition permanente. Il est animé par ses centres d'intérêts, ses passions, ses sujets de prédilection. Il alimente ainsi la Vision. Son enjeu est de partager tout cela avec le reste du monde, il a besoin de trouver son public, sa place au sein de la communauté.

Il vibre sur trois axes :

- La passion
- Le lien, la relation
- La contribution

Expérience vécue : la joie partagée

Son self-leadership : désir de contribuer

Son charisme : l'engouement

Ses besoins : lien, expression, nourriture

Ses vécus négatifs : ennui, désespoir, blessure, regret, amertume, perte de connexion au feu sacré

Mots-clé : PASSION, INTÉRÊT, CURIOSITÉ, PARTAGE, LIEN, RELATION, CONTRIBUTION, SERVICE, ENVIE, DÉSIR, EXALTATION, ÉBULLITION, EXPRESSION, COMMUNICATION, DÉSIRABILITÉ

3 Profils de charisme :

1. **LE THÉRAPEUTE** : Il adore écouter, il ne s'en lasse pas. Il invite à la confiance, l'intimité. Il contribue en étant à l'écoute. Mot-clé : ÉCOUTE
2. **L'AFFECTIF** : Il a besoin de servir, d'être utile. Il contribue en aidant, en rendant service. Mot-clé : SERVICE
3. **LE COMMUNICANT** : Il a besoin de s'exprimer. Il contribue en partageant de la connaissance, de l'information, un univers. Mot-clé : EXPRESSION

Les leviers de travail : retrouver des centres d'intérêt, le goût, le désir, du lien. Guérir le cœur.

Les Combinaisons :

THÉRAPEUTE + AFFECTIF : GUÉRISSEUR

THÉRAPEUTE + COMMUNICANT : JOURNALISTE/REPORTER

AFFECTIF + COMMUNICANT : COMÉDIEN

THÉRAPEUTE + AFFECTIF + COMMUNICANT : AMOUREUX

La Roue

Cet outil est une "roue de médecine" du monde professionnel, de la concrétisation.

Sur un plan symbolique, elle vient travailler sur le corps, l'âme, l'énergie vitale, le cœur. Elle invite l'Être à s'incarner pleinement, marcher sa parole, manifester son essence.

Une roue est un espace pour : explorer, comprendre, guérir, réparer, trouver des solutions, des réponses.

La roue comporte une circulation, des axes.

La circulation:

Le visionnaire est l'espace d'émergence de la vision.

Il confie la vision au leader, qui décide d'en prendre la responsabilité.

Le leader organise, planifie incite le Performer à faire ce qui a besoin d'être fait, ce qui a besoin d'être appris, à être ce qui a besoin d'être.

Le performer remet son travail, son œuvre au Passionné qui se réjouit, aime le résultat et le partage avec le reste du monde.

Cela lui donne de nouvelles idées qui viennent alimenter le Visionnaire.

La roue peut être coincée quelque part, entre deux moteurs. On s'intéresse alors à la relation entre les deux archétypes. On peut conscientiser un conflit intérieur.

L'axe vertical :

Il est constitué par le Visionnaire (rêve, sens, valeurs) et le Performer (nécessité intérieure, savoir-faire, plaisir, nature). C'est un axe d'alignement pour savoir qui on est profondément

(identitaire). C'est un axe de cohérence entre le subtil et le corporel. C'est un axe d'incarnation. Il apporte le soutien, l'appui intérieur.

L'axe peut être défaillant s'il n'y a pas de rencontre entre les deux dimensions ou s'il y a un déséquilibre.

Cela se manifesterait par : manque de clarté, confusion, incapacité à savoir ce que l'on veut, manque de consistance, manque de confiance.

L'axe horizontal :

Il est constitué par le Leader (posture, motivation, organisation) et le Passionné (relation, expression, passion). C'est un axe d'alignement envers les autres. C'est un axe de la juste place. C'est un axe de cheminement.

L'axe peut être défaillant s'il n'y a pas de rencontre entre les deux dimensions ou s'il y a un déséquilibre.

Cela se manifesterait par : incapacité à trouver sa place, absence de charisme, il ne se passe rien avec les autres, incapacité à savoir par quel bout commencer.

6. Utilisation en autonomie

Voici les principaux processus d'utilisation de cet outil en autonomie pour soi.

Identifier son profil de charisme

Chaque personne dispose d'un visionnaire + leader + performer + passionné qui lui sont propres.

Il existe 7 archétypes par facette/moteur, ce qui fait 2401 profils possibles.

Ce profil en plus d'être un assemblage de 7 profils par facette, peut comporter :

- une facette dominante
- une facette plus fragile
- une facette de confort
- une facette non consistante

Trouver son profil de charisme c'est construire la roue complète, avec potentiellement un nommage spécifique à chaque facette, et une identification des infos ci-dessus (états).

Pour chaque facette, on peut également identifier 3 choses :

1. Le nom
2. Le besoin
3. Le charisme, le don, ce qui est offert au monde

Pour cela, on explore selon les phrases de la GYM.

1. Pour chaque phrase, on laisse venir tout ce qui vient à la place des ...
2. On note tous les mots-clé, sans en oublier. Tout ce qui vient est important.
3. Par facette, on associe chaque mot-clé avec un des 3 profils de base.
4. Le calcul permet d'identifier le profil ou la combinaison.
5. En s'imprégnant de tous les mots-clé et de l'archétype résultant, on peut laisser venir un archétype spécifique.
6. On s'interroge ensuite sur le besoin, et le don de la facette.
7. On fait cela pour chaque facette.
8. On remplit la roue.
9. On laisse venir au centre un archétype.
10. On peut répondre aux questions en synthèse :
 - Quels sont les besoins auxquels il me faut répondre pour activer mon self-leadership et avoir du charisme ?
 - Quel est mon charisme : Qu'est-ce que j'offre au monde ?

La gym

La gym a pour objectif de stimuler une ou plusieurs facettes pour les renforcer, les activer pour une situation.

Elle permet de révéler les nœuds pour les travailler par ailleurs.

L'exercice consiste à compléter les phrases à un certain rythme en boucle.

On ne prend pas de notes, on travaille si possible à voix haute.

On répète jusqu'au blocage ou jusqu'à ce que les réponses reviennent identiques plusieurs fois.

On note ensuite : la facette forte, confortable, fragile, non consistante.

Cet exercice peut se faire sur une seule facette si on souhaite la renforcer.

L'auto-réunion

L'auto-réunion a pour objectif d'examiner une situation, blocage, répondre à une question, prendre une décision.

1. On installe les 4 facettes avec les cartes dans une simulation de réunion : 4 chaises, plus une pour vous. Une carte par chaise.
2. On nomme son ordre du jour (question, décision...) sur sa chaise.
3. Puis on se déplace chaise par chaise, en accueillant ce qui se dit sur la chaise correspondant à une facette. Idéalement à voix haute.
4. On refait un tour pour voir l'évolution.
5. On identifie un éventuel problème : une facette qui ne va pas bien (de quoi a-t-elle besoin), un conflit entre deux facettes.
6. On prend le temps de refaire un tour.
7. On reprend sa chaise et on débriefe.
8. On laisse reposer. On attend l'émergence : de la solution, de la décision.

Application : fixer un tarif

On identifie la prestation pour laquelle on a besoin de fixer un tarif.

1. Le visionnaire : quel serait le tarif de rêve ? raccord avec qui je suis profondément ?
2. Le Leader : quel serait le tarif pour conserver ma motivation ?
3. Le Performer : le tarif que ça vaut dans mes compétences / formation / expérience / temps que ça prend ?
4. Le Passionné : le tarif que j'assume d'annoncer aux autres ? en public ?
5. Chacun s'exprime. Puis on refait un tour. Voir si le montant évolue.
6. Jusqu'à ce que chacun ne bouge plus.
7. On dessine la roue avec les 4 montants finaux. On accueille la résultante au centre de la roue.

Ce tarif est celui avec lequel vous serez aligné.

Si il vous surprend, vous pouvez compléter par une étude du marché, de ce qui se fait afin d'être cohérent dans le système.

Évaluer une offre/prestation/métier

Cet outil d'évaluation permet de confronter rapidement un métier, une offre, une prestation à votre self-leadership et charisme.

On nomme l'élément à évaluer.

Self-leadership :

1. Cela me permet d'alimenter un rêve : note 0/1/2
2. Je me sens motivé.e à l'idée de faire cela ? : note 0/1/2
3. C'est profondément bon pour moi de m'imaginer faire cela : note 0/1/2
4. Je me sentirai fier.e de dire que je fais cela : note 0/1/2

On obtient une note entre 0 et 8.

0,1, 2, 3 : pas la peine

4,5,6 : c'est juste. Ce n'est pas pérenne.

7,8 : on fonce !

Charisme :

1. C'est un appel : note 0/1/2
2. Il y a une demande : note 0/1/2
3. Je sais faire, je suis doué : note 0/1/2
4. J'ai très envie d'en parler, de le proposer : note 0/1/2

On obtient une note entre 0 et 8.

0,1, 2, 3 : pas la peine

4,5,6 : c'est juste. Ça va vivoter.

7,8 : on fonce !

Faire émerger l'appel du moment

Cet outil permet rapidement de faire émerger ce qui est juste de faire dans l'instant, à ce stade. A utiliser en situation de crise : quelle formation suivre ? quel job alimentaire ? Quel est l'appel du moment ?

1. Mon intuition me dit de
2. La logique me dit de ...
3. L'instinct me dit de ...
4. Ce qui me fait le plus envie, c'est de ..

On note les réponses dans une roue.

On refait un tour.

Puis un troisième tour.

On laisse émerger au centre.

7. Posture professionnelle

L'enjeu de posture

La posture professionnelle induite par cet outil est une posture de facilitateur / animateur / coach.

Il s'agit de créer le cadre, processus, les exercices facilitant l'émergence.

Le cadre proposé :

- bienveillance
- non jugement
- accueil, ne pas présupposer
- être ressource

OKness

Ce terme désigne l'état d'un professionnel ayant une bonne sécurité ontologique.

La sécurité ontologique d'un coach ou thérapeute est présente lorsque :

- il/elle a confiance en sa capacité à accueillir, gérer ce qui va se présenter
- il/elle a suffisamment d'estime personnelle, de consistance identitaire pour pouvoir accueillir des éventuelles confrontations sans basculer dans la réaction
- il/elle a fait un travail thérapeutique conséquent, il/elle a du recul par rapport à son histoire, sa réalité d'être, en ayant pleinement conscience de ses capacités et de ses limites
- il/elle est en situation de sécurité globale : matérielle, affective et donc n'a pas d'enjeu personnel potentiellement parasitant

C'est un état de confiance globale en soi, la vie, les autres.

Les éléments qui renforcent la sécurité ontologique :

- la formation
- la supervision
- la thérapie, le travail sur soi
- l'expérience

et la roue Charisméthik !

Demandes d'accompagnement

Voici le type de demande, de besoin que l'on peut accompagner :

- ☐ Je ne sais pas quoi faire, dans quelle direction aller...
- ☐ J'aimerais trouver ma vocation
- ☐ Je n'ai pas de charisme. J'ai une activité, mais il ne se passe rien
- ☐ Je vis un blocage dans mon activité, un projet
- ☐ Je suis en souffrance sur le plan professionnel
- ☐ Je n'arrive pas à avancer, à me mettre en action

- ☐ J'aimerais monter en puissance, passer un cap
- ☐ J'aimerais changer de métier
- ☐ J'ai une décision importante à prendre

Grille de lecture/cadre de référence

Pour compléter le cadre de référence proposé par l'outil, il est conseillé :

- d'avoir une culture entrepreneuriale, de l'entreprise : les statuts, les processus
- d'avoir une culture thérapeutique, pour pouvoir identifier un besoin thérapeutique et orienter.
- de lire des articles dans le domaine du coaching professionnel.

8. Traitement des problématiques

Les 3 niveaux de réalisation professionnelle

Le chemin de réalisation personnelle dans le monde est un cycle.
On note 3 grandes phases.

Le premier est celui de l'alimentaire autonome.

La personne éprouve le besoin d'être autonome financièrement. Elle goûte la joie de cette expérience : premiers jobs.

Le second est celui de l'indépendance volontaire.

On sait un peu mieux ce que l'on veut. On devient plus difficile dans le choix, on pose des exigences.

Le troisième est celui de l'interdépendance.

On trouve son truc, on cherche à en récolter les fruits. Phase de prospérité, d'accomplissement.

Plusieurs phénomènes peuvent se produire :

- une phase manque
- on repart pour un tour
- on est coincé ans une phase
- il y a des cycles dans un cycle

Une facette bloquée

Si une facette s'avère fragile, abîmée, bloquée, souffrante, on y passe du temps.

On s'appuie sur l'atelier correspondant pour restaurer.

On peut aussi utiliser la GYM.

On peut éventuellement orienter vers du thérapeutique.

Problème dans la roue

Les problèmes de circulation dans la roue révèlent des conflits intérieurs. On s'appuie sur le processus de réunion pour conscientiser, résoudre ces conflits.

On peut compléter avec des outils de coaching (les deux chaises, etc...)

Les noeuds sur lesquels on tombe

- ☐ Les blessures
- ☐ Les fantasmes vs les vrais rêves
- ☐ Faux self vs Vrai self
- ☐ La Volonté personnelle
- ☐ Les conflits intérieurs
- ☐ Le manque d'autonomie
- ☐ Les méconnaissances

On peut identifier la nécessité d'un complément thérapeutique, ou on peut faire confiance au processus Charisméthik pour pouvoir faire avancer la résolution.

Il est important de pouvoir nommer ces écueils.

RPBDC : écoute structurée de la demande

La grille RPBDC permet de structurer les informations recueillies lors de l'écoute en début de séance. Elle permet de rapidement identifier une stratégie qui sera l'objet du contrat. Elle oriente aussi les questions à poser.

Elle se décompose ainsi :

R : le réel

On note ici les faits réels observables :

- les personnes,
- les lieux,
- les situations,
- les événements
- les objets

P : le problème

On note ici ce qui est vécu, nommé comme problème par le patient.

Cela peut être :

- un ressenti, une souffrance
- une réalité ne correspondant pas aux attentes
- un blocage
- un problème de sens
- une incapacité à décider ou se positionner
- etc.

B : le ou les besoins

Nous invitons la personne à exprimer son besoin une fois le reste verbalisé.

La personne est-elle en lien avec ses besoins ?

Le besoin est-il cohérent avec ce qui a été exprimé précédemment?

Le besoin est-il consistant et inscrit dans des perceptions corporelles?

Il est important de prendre le temps nécessaire sur cette phase.

Seul le patient connaît son besoin, mais nous pouvons orienter, confronter, évaluer.

Nous évaluons ce qui est exprimé par rapport à notre grille de lecture :

S'agit-il d'un besoin :

- De changement. La personne a un changement à vivre. Nous identifions le niveau de changement pressenti : regard/posture/ fonctionnement/ positionnement/ libération d'un vécu.
- De rééquilibrage ou réassurance. La personne est en état de crise (émotionnel, stress, doute...). Elle a besoin d'être remise en équilibre, d'être remise en sécurité.
- D'émergence : la personne a besoin de faire émerger une solution, une vision, une orientation, etc. Elle va bien, est en équilibre mais souhaite avancer.

D : la demande

Nous posons la question une fois le besoin exprimé : que puis-je faire pour toi? Que me demandes-tu ?

C'est à ce moment que l'on peut identifier si la demande est problématique.

C'est une phase qui peut être confrontante pour le patient qui si il est en posture de victime, attend d'être sauvé, donc que nous sachions quoi faire.

Mais la seule formulation de la demande peut être résolutoire.

C : le contrat

Le contrat est notre réponse à la demande en terme de processus. Nous identifions une stratégie d'exploration, organisation, et formulons l'objectif.

C'est la réponse à : voilà ce que je propose de faire pour toi...

Le diagramme d'intervention

Le diagramme permet d'avoir un visuel de l'ensemble des informations récoltées en écoute active. Cela peut faciliter la visualisation du problème, du besoin et faciliter l'identification d'une stratégie/contrat.



9. Processus d'utilisation professionnelle

Voici les processus qui peuvent être proposés dans un cadre professionnel d'accompagnement.

Le profil de charisme

Une session pour construire le profil de charisme et la roue de la personne.

La personne acquiert ainsi une connaissance d'elle-même sur le fonctionnement de son self-leadership et de son charisme.

Idéal pour une décision, pour faire un bilan.

On en profite pour évaluer les états des moteurs.

On apprend à la personne à utiliser cette roue.

Éventuellement : compte-rendu écrit.

Les 4 ateliers

Chaque moteur a son atelier dédié.

Chaque atelier est une exploration de la roue dans le regard du moteur, et donne lieu à une roue.

Visionnaire : la roue de la vision

Leader : la roue de l'identité et posture

Performer : la roue du métier

Passionné : la roue du charisme

Ces ateliers peuvent être proposés en groupe sur une journée par atelier.

Ou en individuel : prévoir 2/3 séances pour un processus d'atelier.

Le choix de l'atelier se fait en fonction du besoin identifié.

Les réunions Self-leadership

Les réunions Self-leadership consistent à faire vivre le processus de réunion à chaque personne d'un groupe, les autres jouant le rôle des moteurs.

Chaque personne nomme son ordre du jour et vit sa réunion: durée 20 mn.

Cette réunion peut être vécue en individuel, l'accompagnant pouvant jouer les rôles.

Progressivement le coaché prend place sur les chaises des moteurs et ressent.

Les réunions permettent de répondre à une demande ponctuelle, d'actualité, ou de débloquer une situation.

Séance individuelle d'exploration (bilan, déblocage)

On s'appuie sur le processus de GYM pour accompagner l'élaboration sur les différents moteurs, identifier les nœuds, soutenir le dialogue.

On peut compléter par une réunion.

Conclusion

1. Pratiquer en autonomie
2. Se mettre en route dans le changement de paradigme pour soi
3. Travail en binôme
4. Groupe de pairs