

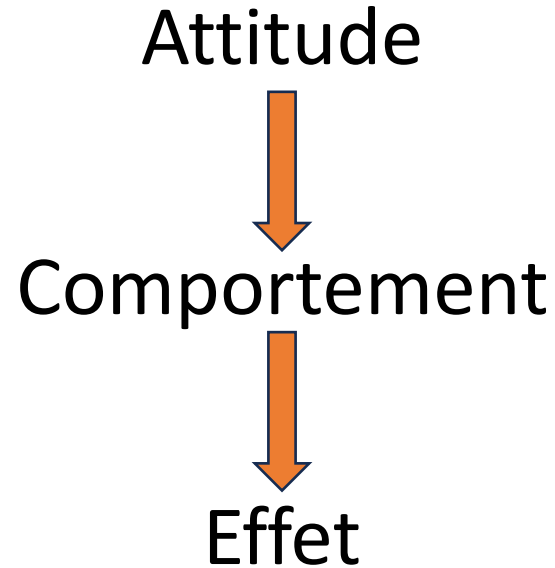
# Le ensemble a besoin de chacun

SSS Congress, 4.11.2023

© Benedikt Loser, Fokus Empathie GmbH



# Tout est une question d' attitude



# Un problème urgent à résoudre

Deux équipes que tu diriges ne s'entendent pas.

Cela a déjà des répercussions sur l'organisation et des plaintes ont été déposées par d'autres supérieurs.

Tu dois y remédier au plus vite, sinon tu risques d'en subir les conséquences.



# Un problème urgent à résoudre

Deux équipes que tu diriges ne s'entendent pas.

Cela a déjà des conséquences sur l'organisation et des plaintes ont été déposées auprès de vos supérieurs.

En quoi fais-je  
partie du  
problème ?

Tu dois y remédier au plus vite, sinon tu risques d'en subir les conséquences.

# Une chose humaine

## L'auto-illusion

est le fait de ne pas envisager,  
ou même de se défendre,  
contre le fait que nous  
pourrions faire partie du  
problème.



# Deux attitudes

## Centré sur moi



Mon comportement  
est adapté à mes  
besoins.

Les autres **n'ont pas la même** importance  
pour moi

Leurs besoins et leurs défis **ne  
sont pas vraiment** importants  
pour moi



Les autres deviennent des **objets**

**Outil** que je peux utiliser  
**Obstacle** que je peux accuser  
**Non-pertinence** que je peux ignorer

## En rapport avec nous



Mon comportement  
prend en compte les  
besoins des autres

Les autres ont **la même** importance  
pour moi

Leurs besoins et leurs défis ont **la  
même importance** pour moi

D'autres restent **des humains**

Je connais leurs  
besoins et leurs défis



CulturePub.fr

# Echange

## Echange avec tes voisins:

Où pousses-tu Porsche's par-dessus la falaise ?

Où es-tu plus égocentrique que tu ne le souhaiterais ?

Où réussis-tu à être vraiment orienté vers le "nous" ?





# Et si ...

Quels sont les effets  
d'une attitude centrée  
sur le moi chez les autres  
?





# Impact sur d'autres

Leo

Moi

+ / -  
?

## «fait»

- Boit son troisième café aujourd'hui
- Lit le journal
- Bavarde avec des collègues

## «pense»

- Paresseux
- Irresponsable
- Indifférent
- Incompétent
- Une grande nuisance

## «pense»

- Micromanagers
- Autoritaire
- Maniaque du contrôle
- Bornée
- Se considère comme supérieur

## «fais»

- Rappeler l'accord
- "Besoin d'aide ?"
- Contrôler le statut
- Parler de lui à portée de voix
- Le saluer / Le menacer

# Collusion

Leo

Moi

## «fait»

- Boit son troisième café aujourd'hui
- Lit le journal
- Bavarde avec des collègues

## «pense»

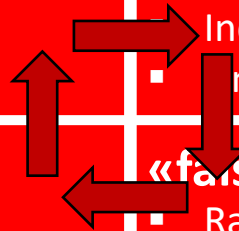
- Paresseux
- Irresponsable
- Indifférent
- Incompétent
- Une grande nuisance

## «pense»

- Micromanagers
- Autoritaire
- Maniaque du contrôle
- Bornée
- Se considère comme supérieur

## «fait»

- Rappeler l'accord
- "Besoin d'aide ?"
- Contrôler le statut
- Parler de lui à portée de voix
- Le saluer / Le menacer



Alliés



Alliés



# Collusion

Lorsque les deux se comportent de telle sorte qu'ils reçoivent en réaction exactement ce qu'ils ne veulent pas.

Mais ils l'acceptent avec reconnaissance, car cela confirme le jugement qu'ils portent sur l'autre.



# Sortir de la collusion



Leo

Ich / Moi / Io

«tut» / «fait» / «fa»

denke» / «pense» / «pensare»

«denkt» / «pense» / «pensa»

«tu» / «fais» / «fare»



# Distinguer consciemment

Observation

Evaluation

Sentiment

Pensées

Besoin

Stratégie

Demande

Exigence



# Plus d'informations ...



Benedikt Loser



Kompetenzzentrum  
für empathische Kommunikation  
und Self-Empowerment

<https://fokus-empathie.ch>



GFK Seminare vom Einstieg,  
über die Integration der Haltung  
bis zur Zertifizierung  
Übungs- und Community Tage (Gratis)  
Geführte Selbstreflexionen (Online, Gratis)  
Shop mit div. Karten und Buch

