



Tarifs

Entreprises : 400 € HT/480 € TTC

Associations/TPE : 220 € HT/264 € TTC

Réductions 15 % SOL/TeamFactory.

Réductions si plusieurs ateliers/plusieurs personnes : nous contacter.

Accès facilité selon ses moyens.

Contact : [Etienne](#).

Le tarif inclut pauses et déjeuner.

[Clic ici pour s'inscrire :](#)

« BODYFULNESS » – PASSER DU CONFLIT AU BIEN-ÊTRE AU TRAVAIL

Pourquoi est-on si embarrassé lorsqu'on se trouve engagé dans un conflit ?

Le mot même « conflit » amène la plupart d'entre nous à se contracter et à entrer en position défensive. Des millions d'années d'évolution nous ont conditionnés pour survivre aux menaces à l'état sauvage. Cependant, cet héritage peut jouer contre nous lorsque la menace est une idée ou un malentendu et non un prédateur.

Nous savons que lorsque la peur s'installe dans nos corps, nos instincts de survie coupent l'accès au fonctionnement opérationnel de notre cerveau. Nous avons besoin d'autres moyens pour surmonter notre conditionnement si nous voulons faire face aux conflits avec succès.

Nous explorerons comment utiliser les systèmes naturels de notre corps pour passer de manière légère et puissante à travers toutes les idées et perspectives différentes que nous rencontrons chaque jour.

Venez apprendre une nouvelle méthode !

Vous vivrez un espace bienveillant pour explorer le rôle des émotions difficiles dans votre vie ; vous utiliserez la sagesse du corps pour échapper à de vieux schémas bien enracinés et ouvrir une gamme de nouvelles options pour l'action.

Dans cet atelier, vous apprendrez à :

- Rester ancré face aux défis.
- Écouter et communiquer plus efficacement.
- Être capable de se sortir des schémas d'échec.
- Améliorer les chances d'atteindre des résultats qui profitent à toutes les parties.

Pour qui

- Leaders d'entreprises
- Leaders de réseaux
- Éducateurs
- Membres d'entreprises et associations
- Coachs
- Conseillers en développement de l'organisation
- Toute personne dont le travail est d'accompagner d'autres personnes à atteindre des résultats.

Date et lieu

Mercredi 16 mai 2018

9h00 à 17h00

FORUM 104

104 rue de Vaugirard

75006 PARIS

**L'atelier se déroulera en
anglais et en français**

Pourquoi avons-nous besoin d'être émotionnellement intelligent ?

Nos corps réagissent en fonction des émotions apportées par les personnes et les circonstances. Si nous nous accrochons à l'idée que notre rationalité crée une immunité aux impacts de nos émotions, nous vivons dans un état de déni dangereux. Ce sont nos émotions qui nous mettent en harmonie ou nous séparent.

Par conséquent, nous devons apprendre à favoriser les émotions qui augmentent notre intelligence lorsque nous nous réunissons afin de prendre de meilleures décisions. Une telle conscience ne s'acquiert pas par la pensée. Il nous faut surveiller les signaux que nos corps nous envoient.

Accroître notre conscience : la clé... de tout !

La vie est remplie d'événements qui peuvent déclencher en nous une forte réaction émotionnelle. Nous ne savons jamais quand vont survenir la colère, la tristesse ou la peur. Il en est de même pour les émotions positives, mais celles-ci dégradent rarement notre capacité à bien fonctionner.

Lorsque nous apprenons à nous connecter à notre corps et à prendre conscience par des signes avant-coureurs que nous risquons de perdre notre sang-froid, nous pouvons intervenir plus tôt pour nous recentrer et rester dans notre zone optimale de conscience.

Devenir plus émotionnellement intelligent est la clé pour avancer avec grâce et puissance dans le monde malgré la violence autour de nous.

Programme de l'atelier

- Approfondir son écoute par la respiration et la présence.
- Développer son attention aux signaux que notre corps nous envoie.
- Apprécier comment différents états émotionnels nous affectent.
- Apprendre à passer d'un corps de peur à un corps de conscience.

Résultats de l'atelier

- Vous apprendrez un modèle pratique pour travailler sur vos conflits.
- Vous saurez évaluer facilement le type de conflit que vous affrontez.
- Vous apprendrez à mieux écouter d'autres personnes.
- Vous apprendrez à vous exprimer calmement et avec assurance.
- Vous repartirez avec le sentiment d'être mieux équipé pour gérer le stress et les défis de la vie quotidienne.

Votre équipe de facilitation

Ken Homer (USA) Fondateur de

[Collaborative Conversations](#). Ken a étudié le dialogue et les systèmes pendant plus de 30 ans. Son travail s'appuie sur des décennies de pratique de la méditation, 13 ans d'étude de la pratique énergétique chinoise du qi gong et 10 ans d'aide à la création du World Cafe. Ken est président de SOL Bay Area (Société pour l'organisation apprenante) et coprésident de la Conférence SOL Etats-Unis en 2018. Ken accompagne les équipes et les organisations dans l'écoute et le leadership collaboratif.



Marion Chapsal (France) Marion est coach de dirigeant, facilitatrice de talents, conférencière et responsable de la formation internationale pour [Ideas on Stage](#). Marion pratique un coaching joyeux intégrant créativité et jeu. Son utilisation des archétypes, depuis les contes de fées et les bandes dessinées est unique. Elle est la fondatrice de [Women on Stage](#), qui aide les femmes dirigeantes à trouver leur véritable voix. Marion enseigne à HEC Paris Executive Education.

Etienne Collignon (France) La passion d'Etienne est l'art d'apprendre ensemble pour humaniser la société. La personne apprenante, l'innovation dans l'enseignement et le leadership du changement sont ses trois thèmes de base en recherche et coaching. Etienne a eu des responsabilités dirigeantes en formation, innovation et développement organisationnel dans le Groupe Solvay pendant 25 ans. Ancien président de SOL France, il est président-fondateur de TeamFactory, une organisation qui développe des entrepreneurs. Etienne est docteur en sciences de gestion. www.thelearningperson.com



“BODYFULNESS” – MOVING FROM CONFLICT TO WELL BEING AT WORK



Sliding scale admission

Companies: 400 € HT / 480 € TTC
Associations/Small Businesses 220 € HT / 264 € TTC
Discounts 15% SoL/TeamFactory.
Discounts for registering three or more people.
Easy access according to one's resources.
Questions? Contact [Etienne](#) info.
Refreshments and lunch are included.

[Click here to register](#)

Why do so many people become queasy when conflicts arise?

The very word “conflict” tends to make most of us contract and pull in, triggering a defensive posture. After all, millions of years of evolution have conditioned us to survive threats in the wild. However, our evolutionary heritage can work against us when the threat is an idea or a colleague or a misunderstanding, and not a dangerous predator.

We know that once our bodies contract in fear our survival instincts cut off access to our brain's executive functioning. We need ways to overcome our conditioning if we are to cope with conflict successfully.

We'll explore how to use our body's natural systems in ways that let us move gracefully and powerfully amongst all the different ideas and perspectives we encounter each day.

Come and learn a better way!

In Bodyfulness - Moving From Conflict to Well Being at Work, you will co-create a safe space to explore the role of challenging emotions in your life and how to use the wisdom of the body to escape old ingrained patterns and open up a range of new options for action.

In this workshop you will learn the skills to:

- Stay grounded in the face of challenges.
- Listen and communicate more effectively.
- Be able to shift yourself out of defeating patterns
- Improve the chances of achieving outcomes that benefit all parties.

Please join us for an energizing and enlivening learning experience!

Who will benefit from attending

- Business leaders ➤ Community leaders ➤ Educators
- Employees of Corporations ➤ Employees of non-profits & NGOs
- Organizational Development Consultants ➤ Coaches
- Students ➤ Parents ➤ Anyone who works with other people

When and Where

Wednesday, May 16, 2018
9AM to 5:00 PM
FORUM 104
104 rue de Vaugirard
75006 PARIS

**The workshop will be
conducted in English & French**

What do emotions have to do with conflict and well being?

Emotions have a logic that the intellect may fail to recognize but which the body always listens to. If you are afraid of heights, no amount of logic and reason will convince your body that you are safe when you are perched atop a high cliff, and your rational decision making ability up there is going to be quite different than if you were down on the ground.

Our bodies react according to the emotions that are evoked by people and circumstances. If cling to the idea that our rationality makes us immune to the affects of our emotions, we live in dangerous state of denial. It is our emotions that bring us together in harmony or split us apart in polarity. Therefore, it is incumbent upon us to learn how to foster the emotions that increase our intelligence when we come together so that we can make better decisions. Such awareness is not something that cannot be accomplished by thinking. It requires us to attend to the signals our bodies are sending us.

Increasing Our Awareness – the key to better... everything!

Life is filled with things that can trigger a strong emotional response in us. We never know when we might suddenly find ourselves caught up unexpectedly by anger or sadness or fear. The same is true of positive emotions, but those rarely interfere with our ability to function well.

When we learn how to tune into our bodies and become aware of the early warning signs that we are in danger of losing our cool, we can intervene sooner to regain our center and remain in our optimal zone. Becoming more emotionally intelligent is a key to being able to experience a greater sense of well being both at home and at work.

Workshop program

- ▶ Deepening your listening through breath and presence.
- ▶ Tuning in to the signals our bodies send us.
- ▶ Discerning how different emotional states affect us.
- ▶ How to move from the body of fear to the body of awareness.

Workshop outcomes

- ▶ You will learn a practical framework for working through your conflicts.
- ▶ You will be able to easily assess the kind of conflict you are facing.
- ▶ You will learn how to better listen to the other person or people.
- ▶ You will learn how to express yourself calmly and assuredly.
- ▶ You will leave with confidence that you are better equipped to handle the stress and challenges of your daily life.

What people are saying about the Collaborative Leadership workshop series:

"I liked the respect for the listening, to feel the subtlety in the transformation. I liked the feeling of being a member of a community of thought and of heart. I left raring to go with many concepts and new tools, simple to use, and easy to transmit. I left with hope that the human race can live intelligently and collectively"

~Isabelle Chapelain, Independent Change Agent

Your Facilitation Team

Ken Homer (USA) Founder of [Collaborative Conversations](#), Ken has been a student of dialogue and systems for over 30 years. Underpinning his work are decades of meditation practice, 13 years of studying the Chinese energetic practice of chi kung, and ten years helping to shape the World Cafe. Ken is the President of Bay Area Society for Organizational Learning and the Co-chair of the 2018 National SoL Gathering. Ken coaches teams and organizations on embodied listening and collaborative leadership.



Marion Chapsal (France) As the Chief Learning Officer at [Ideas on Stage](#), Marion trains leaders, and especially women, to lead from their strengths and to present with confidence. Marion brings creativity, play and joy to every aspect of learning and discovery. Her use of archetypes from fairytales and comics is a unique coaching offering. She is the founder of [Women on Stage](#), which helps women leaders find their true voice. Marion teaches at HEC Paris Executive Education.

Etienne Collignon (France) Etienne's passion is the art of learning together to humanize society. The Learning Person, Innovative Teaching and Change Leadership are his three basic themes for research and coaching. Etienne headed up Learning, Innovation, Organizational Development at the Solvay Group for 25 years. A former President for SOL France, he is the Chairman and Founder of TeamFactory, a non profit organization which develops entrepreneurs. Etienne holds a Ph.D. in management sciences.
www.thelearningperson.com

