

Carnet de bord de



Une ressource proposée par HawwaH |
www.hawwah.fr

Pourquoi ce carnet de bord ?

Chaque jour en entreprise, nous faisons des choix.

Mais sont-ils vraiment conscients ?

En développant une claire conscience – cette capacité à voir les mécanismes mentaux qui nous traversent – nous faisons un pas décisif vers des décisions plus éclairées, des relations plus ajustées, et un leadership plus humain.

Ce carnet de bord, et plus largement le podcast La Minute Humaine, ont cette ambition : vous aider à diriger avec plus de lucidité, pour faire grandir à la fois les personnes de votre organisation... et votre organisation elle-même.

L'authenticité est beaucoup plus robuste que la sincérité

Dans les organisations, il n'est pas habituel dans la culture de parler vrai, de se dire les choses avec authenticité.

Bien que ce n'est pas facile au début, car cela demande du courage, celui d'affronter ce qui paraît nous rendre vulnérable alors que cela va développer notre force, je suis convaincu (car je l'observe régulièrement) que les équipes sont beaucoup plus performantes et agréables à vivre lorsqu'un niveau de vérité est élevé.

C'est ce que j'explique dans cet épisode 25 du podcast.

Je t'invite à répondre aux questions ci-après pour mener ta propre réflexion sur le sujet.

Question 1 - Avant de parler, quelle est mon intention réelle ?

Dans une conversation importante, prends quelques secondes pour te poser cette question :

👉 Est-ce que je parle pour me soulager... ou pour créer de la compréhension ?

- Quand je parle pour me soulager, je suis souvent dans la sincérité : je dis ce que je pense, ce que je ressens, immédiatement.
- Quand je parle pour créer de la compréhension, je me rapproche de l'authenticité : je prends en compte l'effet de mes mots sur la relation.

Ni l'un ni l'autre n'est mauvais. Mais seul le second construit durablement la coopération.

Question 2 - Qu'est-ce que j'aimerais que l'autre comprenne vraiment derrière mes mots ?

Pas ce que je veux dire.. ce que je veux qu'il ressente ou saisisse.

Question 3 - Dans cette situation, est-ce mon rôle qui parle... ou la personne que je suis ?

Une situation t'a traversé l'esprit en rédigeant ce carnet de bord ?
Tu souhaites échanger sur ce que tu as trouvé en répondant à cette question ?

 Écris-moi, sans filtre, sur www.hawwah.fr/contact

Une simple conversation peut faire la différence.
Ton dévoué,
Xavier