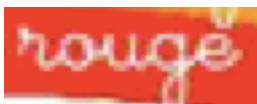


*Si l'arc en ciel qui succède à la pluie est splendide celui
qui naît de notre conscience de sa beauté est incomparable.
Christian Bobin (La lumière du monde)*

SUPERVISION Arc en ciel

La supervision en coaching propose de refaire la balade encore et encore, d'en varier le rythme, l'angle de vue et de découvrir d'un œil neuf, d'un souffle neuf, d'une oreille neuve ce qui est là. Enfin là ! ou là depuis toujours ! et de s'en réjouir ! Cela semble si naturel, si évident, si essentiel et pourtant cette balade entre superviseur et supervisé(s) est une pratique, une discipline, une alliance et un désir à renouveler d'instant en instant. Cet état de conscience, de présence à soi et à l'autre et au champs plus vaste, se manifeste dans l'Être plus que le Faire.

Comme pour l'apparition fugace et magique d'un arc en ciel, on voit soudain tout l'ensemble ou parfois seulement une partie qui évoque le reste. Avec les couleurs qui le composent et se complètent entre elles, la palette de base de toutes les couleurs du monde éduque notre regard. Avec cette métaphore à la tête et au cœur, je partage ici la découverte de ma palette supervision couleur arc-en-ciel, celle qui m'a accompagné lors de mon temps de formation CSA et celle qui continue de changer sans fin les couleurs de mon Superviseur Interne et de mes relations à mes supervisés.



Le rouge et les peurs

Comme le rouge, les peurs sont voyantes, primaires, dominantes et modifient toutes les perceptions à la surface de la conscience et comme en profondeur.

Du point de vue de la psychologie comme des neurosciences, la peur et ses nombreuses formes sont de puissants vecteurs de blocages et de limitations parfois de stimulations. Notre cerveau primitif nous place instinctivement en mode survie et méfiance hors de nos zones de confort.

En supervision, l'exploration des peurs s'impose souvent comme un des éléments de départ. Cela s'applique autant au superviseur qu'au supervisé et le ou les coachés qu'ils amènent. Tout proche des peurs, s'insinue aussi le rouge de la honte.

La peur de l'abandon, du manque, de la perte. La peur de ne pas être à la hauteur, de ne pas savoir, de ne pas pouvoir.

De quelle couleur est celle qui trouble votre vision de façon récurrente ou dans l'instant?



L'orange et la chaleur

L'orange m'évoque la chaleur bénéfique d'une bonne flambée d'hiver qui réchauffe, détend et répare de toutes les froideurs de la journée. Dans le prolongement de la relation de confiance en coaching, la relation en supervision est fondamentale et se nourrit instant après instant. Il est question d'alimenter le feu, d'ajuster le thermostat de la relation à soi, aux autres et au monde et d'en constater l'incidence immédiate. De la chaleur mesurée, celle perçue et celle désirée, l'émergence de chaque variante informe de l'évolution de la relation. Comme un enfant qui joue à « ça chauffe » ou « ça gèle » pour retrouver un objet caché, le langage de la régulation de température peut aussi contribuer aux découvertes communes. Le courage nécessaire à la démarche de supervision est soutenu de façon vivante et confortable par la chaleur, le lien, le cœur.

De quelle chaleur de relation, avez-vous besoin pour stimuler votre courage ?



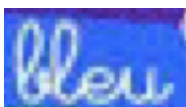
Le jaune, le soleil et les saisons

Avec le jaune dans la balade de la supervision, le soleil s'invite et chaque saison offre l'opportunité d'apprentissages, de prises de conscience. La notion des cycles saisons propose une approche apaisée des cycles de vie sous forme de métaphores. L'été pour l'abondance et la pleine énergie. L'automne pour le détachement, la transformation. L'hiver pour le repli, la préparation. Le printemps pour la créativité, la nouveauté. Si le soleil s'éloigne, c'est avec la promesse du retour ainsi le jaune est aussi signe de la lumière source de vie et tous les contrastes entre ombre et lumière comme l'effet révélateur en photographie. L'indispensable yin et yang qui accompagne les découvertes de la supervision. Par rapport à votre hiver, que promet votre printemps ? ou l'inverse ?



Le vert et la créativité

La nature se réveille en vert comme couleur du nouveau. Le vert et sa symbolique ajoutent la notion de liberté, de créativité et aussi d'espoir. C'est la couleur au cœur de l'arc en ciel à égale distance de toutes les autres et comme celle qui tient les autres. Une façon de placer la création au centre. Chaque individu incarne un être unique créé et créateur pour jouer, modeler, modifier l'instant présent et le cours des choses. De la créativité à la philosophie, de la création à la spiritualité, la supervision prend de l'ampleur et la curiosité s'en mêle. Quelle ré-création partagée vous inspire ?



Le Bleu, vue du ciel

Avec le bleu spontanément s'ouvre l'immensité du ciel. Le bleu du ciel pour une vision d'en haut, une métaposition déjà utile en coaching et encore plus largement englobante en supervision. Une vision d'en haut mais pas de haut, pour pointer aussi la vigilance à avoir pour développer et maintenir la parité entre superviseur et supervisé. Ensemble, ils se

baladent bras dessus bras dessous dans le jardin pour des découvertes partagées sous le même ciel plein de mystères. Sereinement et ensemble, on peut rester dans l'espace du non savoir en toute sécurité. Sous le même ciel, le supervisé pourra à son tour offrir cet espace à son coaché.

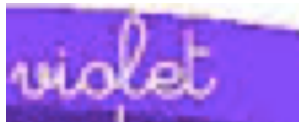
Qu'acceptons-nous de ne pas savoir dans cet instant ?



L'indigo, l'éveil de la conscience

L'indigo entre le bleu et le violet est comme l'opposé du rouge et des peurs. Dans l'indigo, s'offre l'ouverture à la médiation, de la sérénité, de la conscience éveillée. L'Être, la présence dans l'instant est au cœur de la démarche de supervision plutôt que le Faire questionné en coaching. Il est question de permettre au Superviseur Intérieur de se manifester et de lui offrir un espace-temps de liberté et de silence pour rencontrer son essentiel et son Essence.

Aller dans le silence et permettre l'émergence de la connaissance intérieure. (O.Scharmer)
Si le silence se fait, qu'est-ce qui vient se manifester ?



Le violet, la spiritualité

Le violet à l'extrémité extérieure de l'arc-en-ciel fait place à l'approche spirituelle pour s'ouvrir à quelque chose de plus grand que nous tantôt nommé intelligence originelle créatrice tantôt Dieu. Sous cette couleur, la part de divin ou de magie en chacun de nous est invité dans sa partie visible comme dans celle invisible. La supervision devient une connexion au grand tout qui nous unit dans une même vibration énergétique, hors des limites de l'espace et du temps. L'alliance de tête, corps, cœur de chacun vient s'allier à l'autre, aux autres et au monde de façon transgénérationnelle. Tout est là en même temps et hors du temps pour chacun et pour tous. Sous la bannière de la spiritualité, la supervision devient un parcours de l'Ego à l'Essence et une forme de gratitude à l'Univers qui nous unit.

Quelle connexion en dehors de nous ici, peut servir ton chemin ?