



## **CONTRIBUTION JEAN-PIERRE MECHIN**

**Vice-président de l'Institut de Recherche pour le Développement Personnel et Professionnel**

(en collaboration avec Caroline Buret)

### **LA PROMOTION DE LA SANTE AU SEIN DES ENTREPRISES**

Faire intervenir les neurosciences dans l'adaptation, la gestion du stress lié au changement. En effet, les neurosciences permettent, dans une approche respectueuse des individus, de :

- Développer l'intelligence émotionnelle
- Mettre en place les conditions indispensables au changement
- Favoriser l'intelligence collective
- Gérer sur le long terme la motivation et l'implication de chacun.

→ L'avenir de l'entreprise se co-construit

Dans ces périodes de changement, il est important de prendre en compte l'expérience, les représentations et les références de chacun. Quand le management se fait de manière globale, il est fréquent de voir des rapports de force apparaître.

Les neurosciences nous montrent l'importance des relations sociales, de l'émotion, de l'empathie, de la reconnaissance et de la solidarité.

→ Manager tout en tenant compte des besoins humains ne va pas à l'encontre des besoins de l'entreprise.

Il faut faire autant appel à son raisonnement qu'à son intuition.

Méthode pour optimiser la richesse des interactions entre le cerveau inconscient et le cerveau conscient.

L'inconscient :

- apporte une réponse soudaine créative
- contient des traces mnésiques bien plus riches que ce que peut conserver en mémoire le cerveau conscient
- est plus agile et est capable de combiner plus de données que le cerveau conscient
- permet au cerveau conscient d'effectuer un choix avec discernement

- produit l'espace des possibles
- est dépositaire de toutes nos ressources intérieures.

Utiliser les neurosciences afin de mieux innover en situation complexe et développer une culture de l'innovation chez tous leurs collaborateurs. « C'est l'innovation qui fait la différence entre un leader et un suiveur. » (Steve Jobs)  
Elles contribuent au développement d'une culture d'entreprise.

Reconnaître la richesse de l'autre renforce le sentiment d'appartenance à l'entreprise et la motivation et favorise l'état d'équilibre face aux changements.

Aujourd'hui, des formations existent quant à l'innovation et la prise de décision, fondées sur les neurosciences.

Favoriser la créativité au travers de 18 caractéristiques et comportements révélateurs chez les personnes particulièrement créatives, grâce notamment aux recherches en neurobiologie.

Les travaux en neurosciences ont permis de découvrir les bienfaits d'une culture ancienne vue sous l'angle scientifique : la méditation. C'est effectivement une pratique que valide la science et qui est présente dans plus de 400 hôpitaux de la planète. Aujourd'hui la plupart des universités dans le monde travaillent sur le sujet. En France, il existe un DU « Médecine, Méditation et Neurosciences » à l'Université de Strasbourg. Il existe d'autres programmes de recherche sur ce sujet comme à l'INSERM de Caen qui a démarré une étude sur la méditation et le vieillissement et un module de méditation vient d'être inscrit en 3ème année d'étude de la faculté de médecine.