



Axe 3 de Accord majeur :
**« Manager les impacts humains des changements
et de l'incertitude ... permanente »**

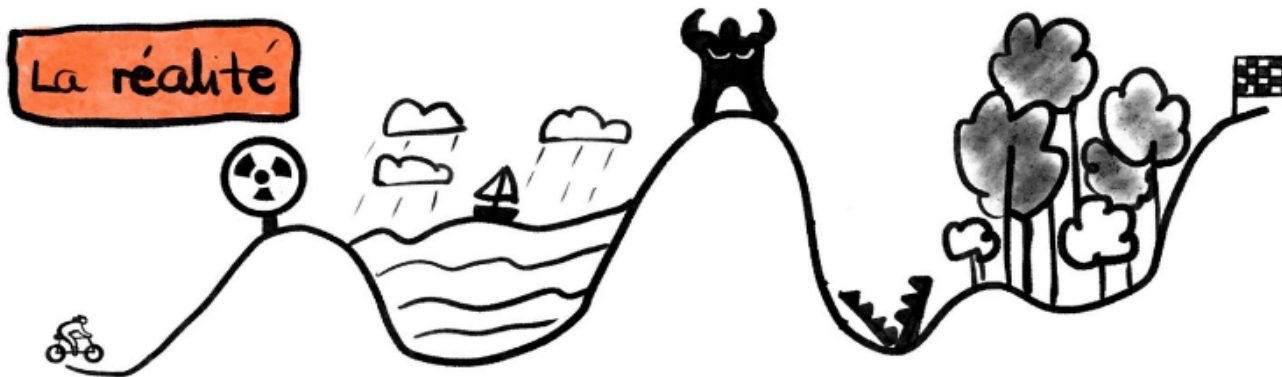
Axe 3 : « Manager les impacts humains des changements et de l'incertitude ... permanente »

LA VIE

Mon Plan



La réalité



La vie c'est ce qui arrive lorsqu'on avait prévu autre chose !

Axe 3 :« Manager les impacts humains des changements et de l'incertitude ... permanente



Hyperconnexion, Infobésité,
Dématisation, Culture
de l'urgence, Mondialisation,
Transition énergétique,
Dérèglement climatique,
Pandémie, Guerre, Inflation ..

Manager dans ce monde VICA ?
Volatile Incertain Complexe Ambigu

Axe 3 :« Manager les impacts humains des changements et de l'incertitude ... permanente

1. Que se passe-t-il aujourd'hui ?

- **Historiquement**, le travail s'effectuait dans des cadres et des environnements stables dans le temps :
 - Sécurité
 - Projection dans le temps possible – Visibilité
 - « Routines » de travail peu énergivores – Habitudes« On connaissait le travail, ça roulait »

- **Choc** : Fin des frontières, Accélération et Imprévisibilité
 - Mondialisation des échanges
 - Digitalisation tous azimuts
 - Incertitudes et menaces multiples sur l'avenir (Economie, politique, climat ...)L'avenir est désormais vécu comme totalement imprévisible
Le temps ne semble plus exister

- **Conséquences au travail** :
 - Si les progrès techniques ont sensiblement allégé la charge physique du travail dans bien des métiers,
 - Sa charge mentale, psychique, émotionnelle, elle, a augmenté de manière forte et accélérée.
 - Les modes de fonctionnement, de pensée et d'action habituels ne parviennent plus à réguler cette charge, ils l'entretiennent même !

Axe 3 :« Manager les impacts humains des changements et de l'incertitude ... permanente

2. Quels enjeux nouveaux dans ces contextes de changements et d'incertitudes croissants ?

Résilience individuelle et collective au travail pour :

- Maintenir ou retrouver un niveau de bien-être et de sérénité au quotidien rendant la charge mentale du travail soutenable
- Développer son adaptabilité à l'inattendu et à l'incertain
- Revivifier la performance individuelle et collective



Axe 3 :« Manager les impacts humains des changements et de l'incertitude ... permanente

3. Quels objectifs pour nos clients ?

Aider les collectifs et chacun de leurs membres à :

- Gagner en **recul émotionnel et psychique** dans les contextes d'incertitude :
 - Comprendre ce qui se joue au-delà de l'immédiatement accessible – les mécanismes à l'œuvre
 - Relativiser, objectiver, désensibiliser – apaiser autant que possible pour contrebalancer le caractère stressant et anxiogène de la situation
 - Faire le « pas de côté » pour envisager un autre angle de vue, élargir sa vision, construire des représentations nouvelles de la situation
- Trouver (puisque l'extérieur ne les fournit pas) en soi et ensemble des **bases de sécurité**
- Déceler au-delà des pertes probables, les **opportunités**, avantages possibles et les **invitations à l'action** que recèle l'incertitude : **rebondir**
- **Cohésion** de l'équipe : s'unir dans l'adversité
 - Trouver ensemble de nouveaux ressorts, sources, motifs de mobilisation dans l'action
 - Apprendre à agir autrement, en adaptation au contexte

« La folie, c'est comporter de la même manière et s'attendre à un résultat différent » - A. Einstein

Apprivoiser, faire Avec l'incertitude :

« S'il n'y a pas de solution, alors ce n'est pas un problème à résoudre, c'est une donnée de l'équation »

Notre proposition : « Résilience = Potentiel - Parasites »

Aider chacun et l'équipe à résoudre l'équation :

RESILIENCE = POTENTIEL – PARASITES



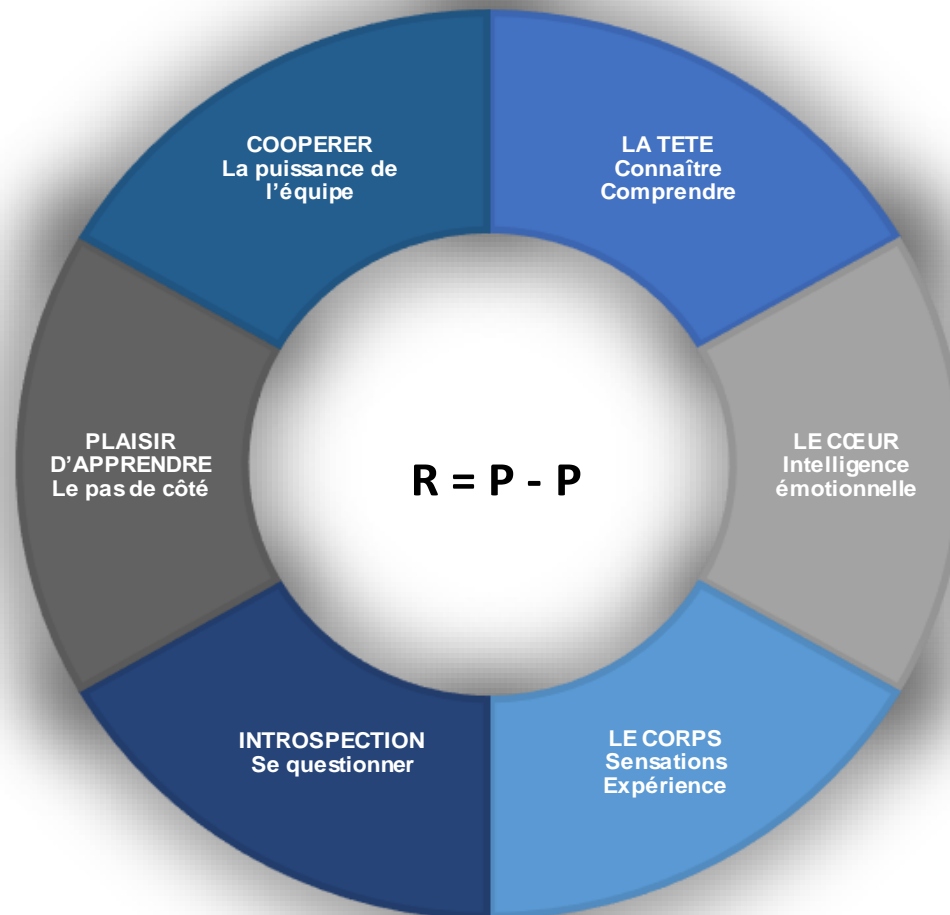
=



-



Notre proposition : 7 axes pour trouver la sortie



Notre proposition :

Les neurosciences pour faire équipe avec son cerveau

Les travaux récents en Neurosciences nous éclairent sur les 2 pilotes de notre cerveau :

1. Pilote automatique :

- Décision efficace et rapide dans les situations simples, connues, maîtrisées
- Peu énergivore – confortable
- Sa motivation : l'exigence de résultat rapide, fiable, sûr, sous contrôle, certain
- Sa récompense : la réussite
- Son aversion : l'échec
- Ses incompétences : gérer les situations complexes, changeantes, inconnues, incertaines, non maîtrisées

2. Pilote Adaptatif :

- Sait gérer les situations complexes, nouvelles, au résultat incertain
- Sa motivation : Essayer des actions nouvelles, trouver des solutions innovantes
- Sa récompense : La fierté d'avoir appris
- Sa ressource : la relation, la coopération
- Son postulat : l'incertitude cache un cadeau, une opportunité à saisir
- Son attitude : la curiosité



Notre proposition :

Les neurosciences pour faire équipe avec son cerveau

Comment mobiliser le cerveau adaptatif, plus apte à nous aider dans les contextes de changements et d'incertitude ?

Quelques axes :

- Développer son intelligence émotionnelle : écouter et reconnaître ses émotions et les besoins insatisfaits dont elles parlent, et ceux des autres pour agir avec efficacité
- Cultiver la prise de recul face à l'évènement inattendu
- Lâcher prise sur l'exigence de Résultat immédiat
- Rebondir : Voir les avantages et opportunités des situations non désirées
- Coopérer : tisser des liens, construire avec les autres
- Apprendre le plaisir d'Apprendre au travail
- Accueillir les insuccès comme une chance : transformer les « pépins » en « pépites »

« Je ne perds jamais. Soit je gagne, soit j'apprends. » - Nelson Mandela



Notre proposition :

L'expérience décalée pour trouver de nouvelles ressources

« Vocal Voyage » - Marie Martin

Ateliers de coaching vocal collectif chant et percussions : *La tête, le cœur, le corps ensemble*

Les séquences possibles au choix	Les bienfaits
<ul style="list-style-type: none">⇒ Echauffement vocal ludique en collectif⇒ Découverte du chant harmonisé (à plusieurs voix)⇒ Chant collectif sur chansons connues⇒ Expérimentation collective d'un arrangement créé pour l'évènement⇒ Découverte de différents styles musicaux sur une mélodie connue⇒ Partage de créativité collective⇒ Création d'une chanson (paroles et/ou mélodie)⇒ Approche ludique du rythme à travers la pratique de la percussion (avec instruments ou percussion corporelle)⇒ Se produire à plusieurs au sein du groupe accompagnés par un ou plus musiciens	<p>Collectifs :</p> <ul style="list-style-type: none">⇒ Joie⇒ Découvrir derrière les appréhensions le plaisir de la nouveauté et de l'inattendu⇒ Connexion entre les personnes⇒ Renforcer les liens entre les personnes d'un collectif : confiance, communication, plaisir d'être ensemble⇒ Ambiance de travail positive⇒ Partage collectif d'émotions (cœur) et sensations (corps) agréables⇒ Apaisement individuels et avec les autres <p>Personnels :</p> <ul style="list-style-type: none">⇒ Bien-être physique : respiration, conscience de soi, sommeil réparateur, dénouement des surtensions corporelles⇒ Stimulation du système immunitaire

LC2Conseil

la performance humaine de l'Organisation

Lorient - Paris

contact@lc2conseil.fr

www.lc2conseil.fr