

Marie-Anne SAULE
Déléguée Territoriale INC Auvergne-Rhône-Alpes
06 09 12 14 14
ma.saule@inc-eu.team

Association Nationale des Médiateurs



Parcours 3 Ateliers-Découverte de l'ANC

L'ANC, une approche innovante de l'Être Humain dans son Environnement

Mieux être, mieux vivre, mieux travailler ©



Portrait intervenante : Marie-Anne Saule



Son parcours :

- Cadre de direction et manager d'équipes durant 25 ans dans de grands groupes multisectoriels
- Depuis 2014 : Intervenante en Qualité de Vie et Conditions de Travail et Prévention des Risques Psycho Sociaux notamment pour le « Hub ACT » et en partenariat avec l'ANACT (depuis 2016)
- Déléguée Territoriale AURA pour l'Institut de Neurocognitivism (INC, Paris 9è)
- Maître Praticien et Psychopraticien en ANC (Niveau 3)

Sa spécificité :

Agréger les **méthodes, outils et techniques complémentaires** :

- **De l'Anact** : inscrite dans **une démarche holistique de co-construction d'actions préventives et curatives pour le bénéfice de la Santé au Travail**
- **De l'ANC** : basée sur **30 années de recherche** en Neurosciences et Sciences du Comportement et ancrée dans des **pratiques concrètes, innovantes et efficaces dans leur application**

Son objectif :

- Apporter des **transformations profitables, durables, tangibles dans les comportements et prises de décision** dans le respect de l'individu et la prise en compte de ses propres ressources
- Donner des **grilles de lecture et de compréhension des comportements** pour activer des leviers d'action et de transformation adaptés aux situations rencontrées

ANACT : Agence Nationale pour l'Amélioration des Conditions de Travail (Ministère du Travail)

ANC : Approche Neurocognitive et Comportementale

Mieux être, mieux vivre, mieux travailler ©



Ateliers-Découverte de l'ANC : Principes

Format : 3 Ateliers (1 journée chacun)

Nombre de participants/Atelier : 12 pers. maxi

Profil des stagiaires : Médiateurs

Approche employée : ANC (Cf slide suivante)

Modalités pédagogiques :

- Méthode de pédagogie dite « inversée »
- Beaucoup d'applications pratiques adaptées aux situations rencontrées
- Interactivité constante
- Techniques de mobilisation de l'intelligence adaptative et collective
- Constitution d'une « boîte à outils personnalisée »



Mieux être, mieux vivre, mieux travailler ©

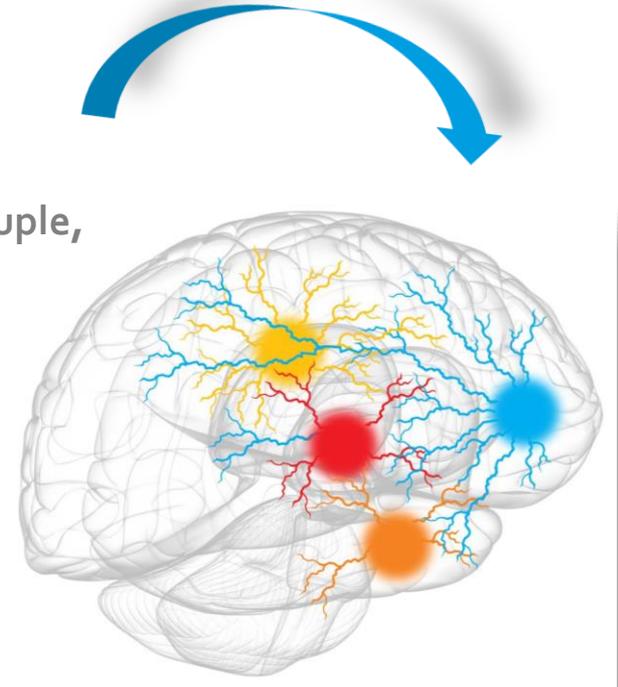


L'ANC : Fondements et bénéfices

L'ANC (Approche Neurocognitive & Comportementale) est basée sur **30 années de recherche interdisciplinaire et d'expertise terrain**

Elle offre **des grilles de lecture et des outils innovants et très pertinents** pour :

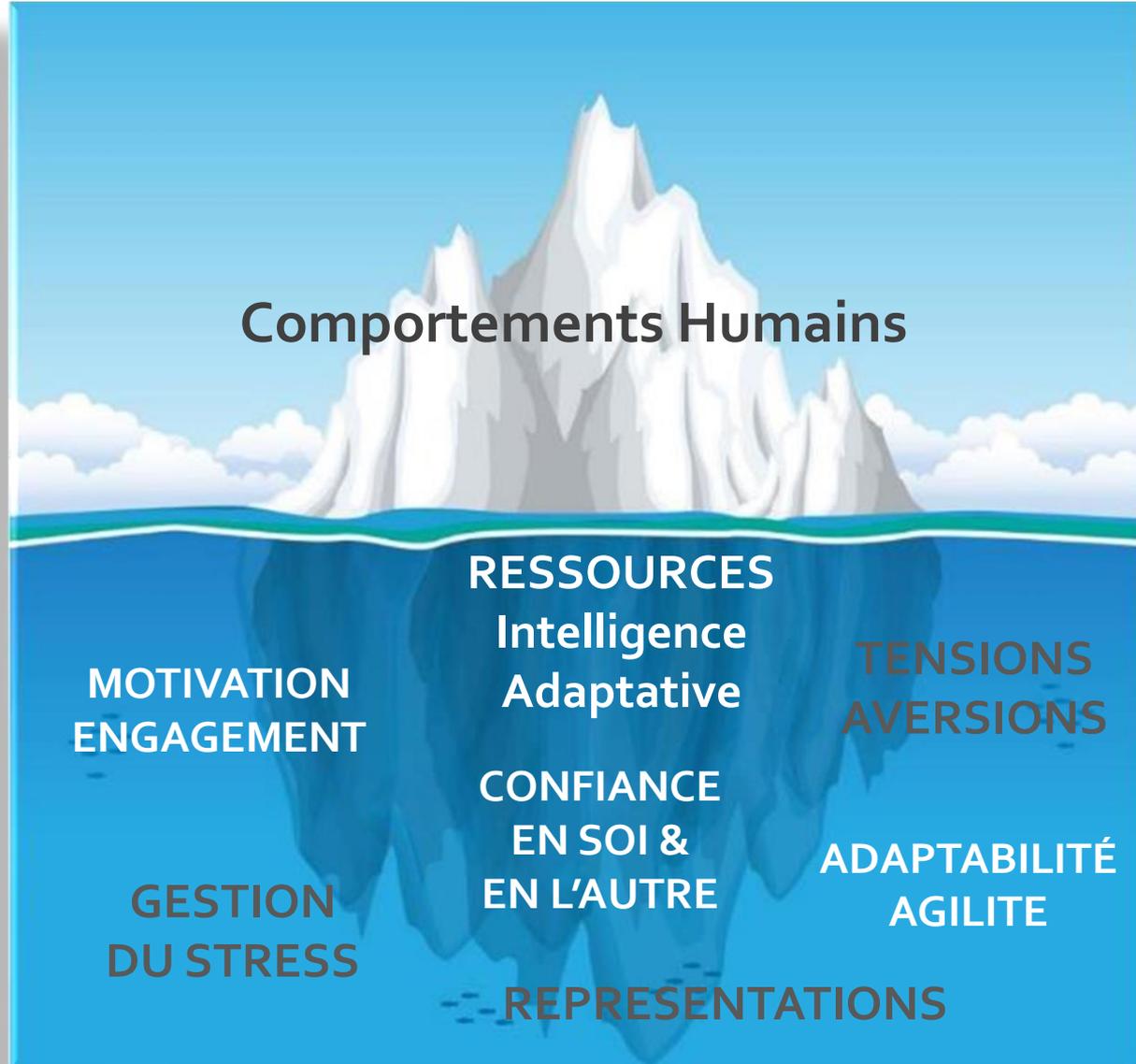
- Identifier les **mécanismes limitants, bloquants,**
- Mieux **gérer :**
 - les **situations de tension, de stress,**
 - les **personnes stressées, tendues, agressives,**
- Favoriser une **plus grande agilité, une réflexion plus souple,**
- Développer la **curiosité, la créativité,**
- Permettre de prendre de **meilleures décisions** en **environnement difficile, complexe,**
- Libérer **l'intelligence adaptative,**
- Identifier les **clés de la motivation et de l'engagement,**
- (Re)devenir **Acteur des/dans les changements.**



Mieux être, mieux vivre, mieux travailler ©



Avec l'ANC : Aller au-delà du visible ...





Programme ANM : Parcours de 3 Ateliers ANC

1

Comprendre
les mécanismes
de tensions et
de stress en
Médiation pour
savoir mieux
les gérer

16 SEPTEMBRE 2022

2

Identifier
les profils
motivationnels
des Médiés pour
lever les freins
et favoriser
l'engagement

03 OCTOBRE 2022

3

Instaurer
un climat de
confiance en
Médiation par la
communication
ouvrante, pour
apaiser les
rapports de
force

21 OCTOBRE 2022

Découverte de l'Approche
Neurocognitive & Comportementale



Atelier Thématique N°1

1
Comprendre
les mécanismes
de tensions et
de stress en
Médiation pour
savoir mieux
les gérer

16 SEPTEMBRE 2022

COMPRENDRE LES MECANISMES DE TENSIONS ET DE STRESS POUR APPRENDRE A LES GERER

Un environnement complexe, tendu, exerce des pressions sur l'individu, constituant progressivement une « **charge mentale** ». L'accumulation de tensions et de stress qui en résultent, perturbent à leur tour, les **processus cognitifs** et les **circuits neuronaux**.

Ces effets sont d'autant plus délétères qu'ils empêchent de produire un **raisonnement clair**, de faire des **choix rationnels, clairvoyants, sereins** et par conséquent, de trouver des **solutions pour sortir de ce contexte**.

De plus, ils peuvent conduire :

- À développer des **modes défensifs** liés au mécanisme instinctif du stress, voire **générer de l'agressivité** ;
- À **inhiber** totalement la **capacité à mobiliser son intelligence adaptative** et à pouvoir sortir d'une **situation « enfermante »** où l'on « tourne en boucle .»

A l'issue de cet Atelier, le Médiateur aura :

- Identifié les 2 grands modes de fonctionnement de notre cerveau pour mieux les conscientiser et trouver les moyens de remobiliser la capacité d'agir,
- Acquis des clés de compréhension sur les mécanismes cérébraux à l'œuvre et les comportements et décisions qui en découlent,
- Identifié les 3 types de stress dans lesquels se trouvent les personnes en situation de tension,
- Expérimenter la façon la mieux adaptée de les accompagner pour en sortir et remobiliser la capacité d'agir.



Atelier Thématique N°2

2

Identifier
les profils
motivationnels
des Médiés pour
lever les freins
et favoriser
l'engagement

03 OCTOBRE 2022

COMPRENDRE LES CLES DE L'ENGAGEMENT POUR PARVENIR A MOTIVER OU REMOTIVER

D'où viennent les motivations ?

Pourquoi certaines tâches sont réalisées **sans effort, avec plaisir** et quel qu'en soit le résultat ?

Pourquoi d'autres actions prennent-elles **plus d'énergie, voire démotivent** ?

Sur quelles motivations se recentrer pour retrouver le plaisir, l'énergie et l'aisance, **socle de la capacité à s'engager et à s'épanouir** ?

L'ANC propose une grille de lecture à la fois dynamique et innovante, des **différentes facettes de la motivation** ainsi que de leurs conséquences directes sur la **capacité à s'engager ... ou non**.

Cette dynamique motivationnelle est fondée sur les **ressources dont chaque individu est doté**. Pour autant, certaines circonstances peuvent les mettre sous silence ...

À l'issue de cet Atelier, le Médiateur aura :

- Fait l'expérience de la dynamique de motivation,
- Compris comment relier un Médié à ses « zones ressources »,
- Identifié les différentes dynamiques motivationnelles et la façon de les gérer, de les faire émerger,
- Expérimenter comment s'appuyer sur elles pour activer les vecteurs individuels d'engagement et d'action.



Atelier Thématique N°3

3
Instaurer
un climat de
confiance en
Médiation par la
communication
ouvrante, pour
apaiser les
rapports de
force

21 OCTOBRE 2022

SAVOIR MIEUX ECOUTER POUR COMMUNIQUER PLUS EFFICACEMENT

La communication souvent mise à mal dans les situations conflictuelles se trouve encore davantage perturbée par les **manifestations émotionnelles**, agissant en « **caisse de résonance** » : énervement, agressivité, peur, découragement, inquiétude, anxiété ...

Face à ces situations, il est essentiel **pour mieux les appréhender**, de **distinguer** :

- les **différents mécanismes à l'œuvre**, eux-mêmes parfois amplifiés par les biais de négativité, la mauvaise foi ;
- les **différentes formes d'agressivité** (défensive ou offensive.)

La **capacité de savoir communiquer, faciliter le dialogue** dans ces situations difficiles, complexes, tendues, **tout en conservant son calme, sa capacité de recul et sa « clair-voyance »**, devient un **atout majeur** dans la posture et l'action du médiateur.

Et comme « l'écoute crée la parole » un temps sera aussi accordé aux **fondamentaux** et à la **pratique de l'écoute active**.

À l'issue de cet Atelier, le Médiateur aura :

- Réalisé des exercices pratiques permettant de **favoriser le retour au calme** face à l'agressivité, les rapports de force ;
- Epruvé des outils, techniques et méthodes de communication et d'écoute efficaces sur la base de situations réelles posant difficulté.

Parcours-Découverte de l'ANC

(Approche Neurocognitive & Comportementale)

*En vous remerciant pour l'intérêt
que vous portez à ce parcours*

L'ANC, une approche innovante de l'Être Humain et de son Environnement

Marie-Anne SAULE
Déléguée Territoriale INC Auvergne-Rhône-Alpes
06 09 12 14 14
ma.saule@inc-eu.team

Mieux être, mieux vivre, mieux travailler ©