NOUVEL HAY MAGAZINE
SANS FRONTIÈRES

Neurosciences : des techniques formidables pour sa société et pour la Société

Neurosciences : sur les conseils de son tuteur, un ingénieur a commencé une psychanalyse de huit mois.

Car dans ce domaine on doit commencer par soi.

Il faut prêter attention à ses émotions.

Ce ne sont pas seulement des états qu'on subit. Les émotions sont des signaux d'alerte .

Notre cerveau nous informe sur nos besoins inassouvis et ceux d'autrui quand on comprend son langage !

Mais passer de la théorie à la pratique n'est facile.

La communication non violente est complexe.

Quand on s'est «neuroformé» notre communication évolue.

Exemple : Quand quelqu'un arrive en colère, lui dire de se poser & se demander pourquoi il est en colère.

Si vous comprenez l'émotion de votre interlocuteur, vous connaissez son besoin.

Il y a aussi les signes non verbaux.

Quand quelqu'un fronce les sourcils, lancer une discussion soft : “Tu as une remarque ? Une idée sur la façon de régler ce problème ?” »

Pour prendre une décision, écouter ses sensations : Une information ? : que ressent-on?. De la peur ? De l'enthousiasme ? Alors on peut raisonner.

On deveint alors un *servant leader* au service des autres ou, mieux encore, un « créateur de conditions de réussite » pour ses collaborateurs (dans une société).

On est là pour soutenir, protéger, promouvoir leur boulot et les aider. N'intervenir que quand ils arrivent à un bloquage.

Le reste du temps, miser sur la confiance et l'autonomie de sa troupe .

Fort de ces enseignements, un « accordeur d'émotions », propose aujourd'hui des journées de formations : tests d'intelligence émotionnelle, techniques de communication non-violente, feedback positif… Tous les ingénieurs d'une société se sont portés volontaires : « Une vraie prise de conscience ! » L'un a tenté une technique de communication non-violente avec ses enfants. Flop : Son gosse l'a arrêté : “C'est bon, si tu veux m'engueuler, fais-le !” » Comme quoi, ce qui marche avec des adultes ne fonctionne pas forcément avec ses enfants….

Les neurosciences sont les études scientifiques du système nerveux, tant du point de vue de sa structure que de son fonctionnement, depuis l'échelle moléculaire jusqu'au niveau des organes, comme le cerveau, voire de l'organisme tout entier.

Le champ de la recherche en neurosciences est un champ transdisciplinaire : la biologie, la chimie, les mathématiques, la bio-informatique ainsi que la neuropsychologie sont utilisées en neurosciences. L'arsenal conceptuel et méthodologique des neurosciences va de pair avec une diversité d'approches dans l'étude des aspects moléculaires, cellulaires, développementaux, neuroanatomiques, neurophysiologiques, cognitifs, génétiques, évolutionnaires, computationnels ou neurologiques du système nerveux.

Les neurosciences sont souvent présentées sous l'angle des neurosciences cognitives, tout particulièrement les travaux utilisant l'imagerie cérébrale : certaines applications des neurosciences cognitives peuvent être employées en économie, finance, marketing, droit et intelligence artificielle.

source : wikipedia