Quelques remarques sur la santé (surtout mentale) en entreprise

Journées Franco-Suisses de Médecine et Santé au Travail 2023

Dr. Jean-François Manzoni

President and Nestlé Professor of Leadership & Organizational Development IMD (Lausanne and Singapore)

jean-francois.manzoni@imd.org



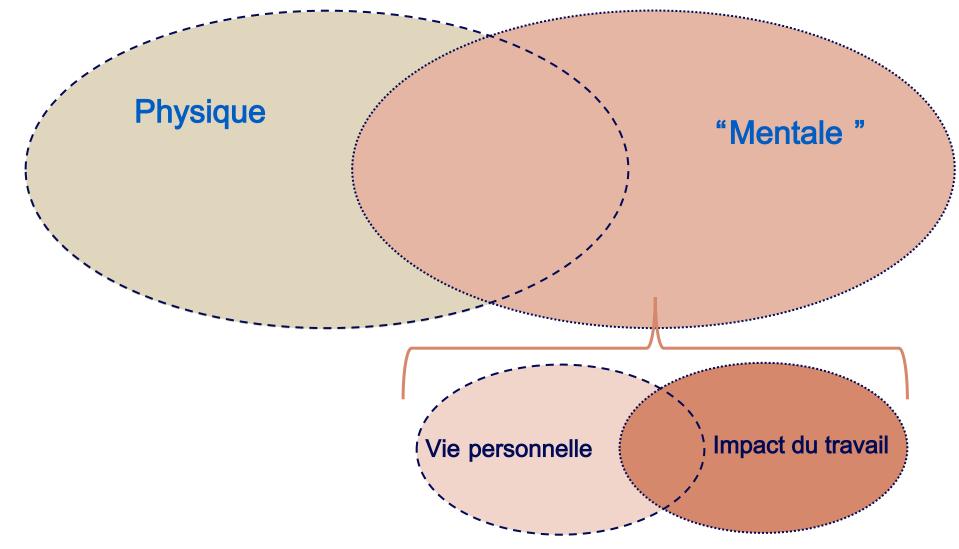


IMD: qui sommes-nous?

- Institution académique sans but lucratif
- Indépendante=> autonome, mais vulnérable
- "Swiss roots, global reach"
- Formations diplômantes et nondiplômantes => "patrons éclairés et performants"
- 60 professeurs, 400 employés
- Rythme de travail soutenu



Santé au travail





L'environnement de travail est déterminant

- Interactions directes avec le patron
- Interactions directes avec les collègues
- Interactions avec le reste de l'entreprise
- Quantité et qualité du travail

Rôle de "la Direction"



L'environnement de travail est déterminant

Quantité et qualité du travail

- Travail improductif
- Environnement / contexte

 Travail productif qui devient une passion

- Clarté stratégique
- Focalisation des efforts
- Qualité des processus /outils, discipline
- On travaille pour qui, pourquoi?
- Auto -determination // " helplessness "
- Sécurité psychologique
- Obligation de moyen ou de résultat ?
- Etre humain, ou "Ressource"?
- Aide disponible?



IMD: Double rôle

- Former " nos clients"
- Former nos propres managers

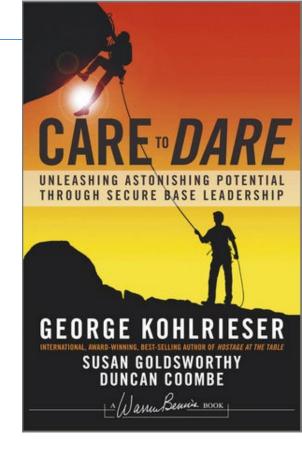
Care

Cocooning leadership

High
Performance
leadership

Absentee leadership

Exhausting leadership





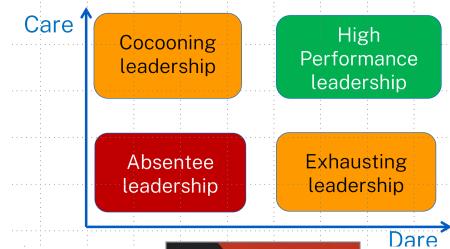
IMD: Double Triple rôle

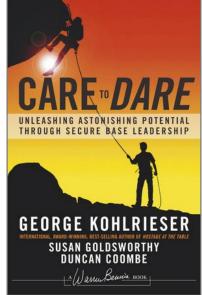
- Former "nos clients"
- Former nos propres managers
- Former nos collaborateurs

Principe important:

Les collaborateurs sont conjointement responsables de leur santé "mentale"

Conjointement ≠ 50/50







Les collaborateurs sont conjointement responsables => Nous devons les former à...

• Résilience: Pourquoi et comment

■ Pleine conscience – ici et maintenant...







Practice Mindfulness

Learn to bring yourself back here-and-now

- Plan breaks into your schedule
- Conscious breathing exercise...
- Mindfulness Apps
- Develop a meditation practice



Les collaborateurs sont conjointement responsables => Nous devons les former à...

• Résilience: Pourquoi et comment

■ Pleine conscience – ici et maintenant...

- Retour sur experience
- "Self-awareness" / gnothi seauton
- Importance des pratiques...



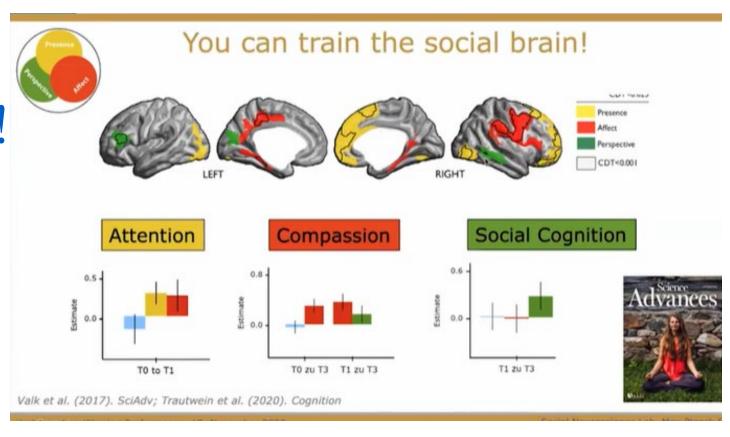


Mental training changes your brain in observable ways!



Amazing OWP liVe session

Go to video







Merci de votre attention

Questions, reactions?

