



Apprendre à changer de regard sur le monde pour mieux vivre l'accélération du changement

Référence PLE 200713

« T'es-tu déjà vu par les yeux de l'autre que tu es devenu ? »

La quête de sens, la perte de repères, où sont mes valeurs, la ciiiiiiise, la mutation, etc. bref, régulièrement les mêmes litanies, une majeure partie d'entre nous serait engluée dans une époque « *pas facile à vivre* » puisque « *Ah d'mon temps !..* » ; En 2011, une enquête BVA-Gallup International, réalisée dans 51 pays, nous place, nous, les Français (66 millions d'individus), champions du monde du pessimisme. Ceci étant, notre monde changeant à une vitesse inouïe, nous pouvons comprendre que nos repères soient chamboulés.

Et là, la bonne nouvelle, c'est qu'au moins une solution existe ! La clé, basique probablement mais ultra puissante, et bien elle est en vous, c'est de changer de paradigme, de changer votre vision du monde ! C'est ce que je me propose d'essayer de vous présenter maintenant, en 4 temps : Pourquoi en sommes nous arrivés là ? Qui suis-je et où vais-je ? Qu'est ce qui a changé ? Comment j'avance ?



Préambule

Effectivement, la bonne nouvelle c'est qu'il existe des cartes, des grilles, des outils, pour vous aider à conjuguer mieux être et efficacité (ou performance). Face à cette accélération du changement, devenue crise ou bouleversement culturel et aujourd'hui mutation, globalement, les gens sont perdus ! Si l'on est d'accord pour dire qu'il est difficile de faire du neuf avec du vieux, et, que les vérités d'hier ne sont plus les nécessités d'aujourd'hui, alors, sachez qu'il existe des nouveaux outils simples et concrets grâce auxquels il vous est aisé de clarifier votre présent pour mieux vous projeter dans votre futur, cet avenir potentiellement instable source de peurs innombrables !

En fait, LE truc, c'est que vous changiez de regard sur votre existence, que vous changiez votre vision des choses, du monde, pour *in fine* sublimer vos potentiels internes et tout simplement trouver votre nouvelle stabilité. Attention, c'est très difficile de dompter son égo...

Pourquoi en sommes nous arrivés là ?

Notre vision du monde plutôt déterministe (système philosophique selon lequel les événements sont déterminés par des précédents, suivent une loi de cause à effet) et réductionniste (fait de simplifier exagérément) conditionne nos comportements humains, dans la vie de tous les jours, donc, aussi dans nos entreprises (Taylorisme et structure hiérarchisée) ⁽¹⁾. Cette vision du monde de plus de 500 ans, a pour base des découvertes scientifiques fondamentales liées à la relation espace/temps, datant pour certaines de la Renaissance (Copernic 1473-1543, Galilée 1564-1642 puis Laplace 1749-1827 entre autres).

Aujourd'hui, de nouvelles découvertes scientifiques en mathématiques, neurosciences, physique quantique, astrophysique, **remettent sérieusement en cause certains de ces principes et commencent à bouleverser la vision qu'a l'humanité du monde** (voire même de l'univers si je m'aventure au-delà du sujet de ce texte). Ces découvertes vont modifier nos façons de comprendre les choses, et donc, modifier nos façons de faire, personnelles et bien entendu professionnelles.

« A Organisation égale, l'Individu fait toujours la différence »

Là, je dois marquer ma première de mes deux pauses quant aux découvertes fondamentales rattachées à la physique quantique et son « *principe d'incertitude* » (vous pouvez aller directement au paragraphe suivant si vous le voulez...) Werner HEISENBERG, prix Nobel du siècle en 1932, démontre en 1927 que le simple fait d'observer une particule élémentaire (c.à.d. un électron, ce dont chacun de nous et tout ce qui nous entoure sommes composé) va modifier celle-ci, et que par conséquent, on ne pourra jamais connaître, à la fois, et la position de cette particule, et sa vitesse... Vu différemment, prenons la métaphore de la chauve souris : Si vous voulez étudier sa position, vous l'éclairez et elle s'envole ; si vous voulez la filmer en vol pour calculer sa vitesse, elle s'arrête. Là arrive une vraie rupture de pensée dans la communauté scientifique (pas celle des chauves souris, mais de la physique quantique...) Ce qui est vrai pour les particules, l'est-il pour les Hommes et les entreprises ? C'est l'analogie osée par Jean STAUNE⁽¹⁾. Si vous ajoutez à cela que dans les relations humaines, la vérité n'est pas ce que l'on voit mais qu'elle devient ce que l'on croit !⁽²⁾ Quoi croire ? Que sait-on vraiment de la réalité ? En fait, nous voyons ce qui pour soit fait sens, ce qui nous donne bonne conscience. L'être humain est intentionnel.

Qui suis-je et où vais-je ?



On ne peut pas gérer le changement extérieur sans la compréhension de sa propre situation, sans savoir qui l'on est ni où l'on va. De plus, un changement en soi même ne peut non plus être effectué si on ne tiens pas compte des forces externes et de leurs influences sur soi.

Pour construire sa vie d'adulte, sans doute avons-nous besoin de nouveaux moyens pour nous orienter sur notre territoire de cette partie de la vie, de cartes spécifiques, d'instruments de navigation. Dans tous les cas, il est nécessaire de bien connaître son point de départ puis sa destination mais aussi, d'avoir une vision précise de sa route - pour sa vie en fait - qui fournisse une excellente raison pour réaliser son voyage, c'est-à-dire du Sens.

Comme déjà écrit précédemment, elles existent en fait ces nouvelles cartes, ces grilles de lecture, pour se repérer sur notre nouveau territoire de vie actuelle. En mettant ces points de repère à profit, nous nous créons une nouvelle idée de nous même et de notre avenir nous permettant ainsi de construire notre vie d'adulte et de réaliser nos projets de vie.

Qu'est ce qui a changé ?

Selon Frederic M. HUDSON⁽³⁾, ce que nous subissons est lié à un bouleversement culturel de nos sociétés ; un changement des règles sur lesquelles nous comptons pour mener notre vie. Ces anciennes règles, stables, ordonnées, équilibrées, étaient :

- la règle de l'amélioration linéaire : Si nous sommes honnêtes et travailleurs, notre vie va aller de mieux en mieux et, à chaque génération, elle va encore s'améliorer régulièrement.
- la règle de l'état d'équilibre : Si nous travaillons bien, nous arriverons chacun à un état de stabilité, de sécurité et de bonheur qui durera le reste de nôtre vie.
- la règle extérieur – intérieur : Notre vie personnelle est déterminée par les directives de la société qui nous entoure ; si nous les suivons (école, mariage, religion, carrière, lois...), tout ira bien.
- la règle de l'apprentissage : L'école, c'est bien pour les jeunes ; ils y apprennent comment assumer leur vie d'adulte, leur carrière, leur rôle social ; les adultes passent l'essentiel de leur temps à travailler, et un peu seulement à apprendre.

Or, aujourd'hui, toujours selon F. HUDSON, les nouvelles règles, continues et désordonnées sont, parallèlement à celles énoncées ci-dessus :

- la règle des cycles successifs : Notre vie n'est pas linéaire, nous vivons un chapitre, nous nous renouvelons puis passons au chapitre suivant. Nous traversons des cycles et des transitions. Les clés évoquées ci-dessus servent à gérer ces changements, elles nous apprennent l'art des cycles et du renouveau personnel.
- la règle des changements continus, qui ne nous laisse pas nous reposer. Plus la peine d'imaginer que nous atteindrons un état de stabilité, cristallisé et prévisible. Les clés ici expliquent comment ne pas avoir peur de ce mouvement sans fin.
- la règle intérieur – extérieur : Pour rester dans la course, nous devons nous appuyer sur ce que nous avons au-dedans de nous ; ici, l'assertivité est la clé, « oser ». Comment façonner nos actes à partir de nos pensées ?
- la règle de l'apprentissage pour tous : Notre principale activité doit être d'apprendre, quel que soit notre âge. Comme ce qui compte ce n'est pas ce que l'on sait, mais ce que l'on fait de ce que l'on sait, les clés ici permettent de « *bien faire* » au milieu de ce qui ressemble à un chaos.

Pourtant, « *une seule chose est permanente, c'est le changement* » - Héraclite fin du VI^e siècle av. J.-C. Le changement est devenu la seule certitude de nos vies ; les gens et les organisations vivent dans l'incertitude perpétuelle et la peur. Peu d'entre eux formulent des plans à long terme, ils suivent simplement leur emploi du temps surchargé au jour le jour. Le problème vient du fait qu'alors que nous voyons les règles de notre société passer d'un modèle « *stable-ordonné-équilibré* » à un modèle de changement « *continu et désordonné* », nous vivons encore, la plupart d'entre nous, selon les anciennes règles. Mais cela ne fonctionne plus. Au lieu d'apprendre comment nous épanouir dans un monde en mutation, nous nous considérons comme « *has been* », trompés, sans références. Dans ce contexte, ces clés sont des ressources utiles pour promouvoir le renouvellement et l'apprentissage dans les organisations.

Là, je dois faire ma seconde pause quant à l'item sur la règle « *intérieur – extérieur* » ... nous devons nous appuyer sur ce que nous avons au-dedans de nous Or, nous sommes unique, sur 7 milliards d'habitants sur notre planète, nous ne sommes pas deux êtres humains identiques. A individu unique, savoir être unique, apprentissage optimum unique car cerveau unique.

Concrètement par exemple, comme l'explique le Pr DUFFAU⁽⁴⁾, neurochirurgien : « *Nous avons tous un cerveau différent et qui plus est, la cartographie fonctionnelle de chaque cerveau se modifie avec le temps (c'est la plasticité cérébrale). Contrairement à ce qui nous a été expliqué, telle zone du cerveau ne correspond donc pas à telle fonction. Si nos « câbles » neuronaux s'avèrent similaires d'un individu à l'autre, leurs terminaisons sont en revanche très variables. D'où la nécessité de réaliser une « cartographie » de chaque cerveau à opérer. Je réalise cette cartographie durant l'opération chirurgicale. Après ouverture de la boîte crânienne du patient, ce dernier est réveillé par l'anesthésiste pour pouvoir réagir, bouger, parler compter et répondre à des tests orthophoniques et neuropsychologiques. Cette participation active du patient me permet de baliser les réseaux neuronaux en collant (oui oui, en collant !) des minis étiquettes à même le cerveau. De cette opération éveillée mais indolore, les patients sont ensuite rendormis pour fermeture de leur crâne. Après 4 à 5 jours d'hospitalisation et quelques semaines de convalescence, ils retournent à une vie normale* ». Pour moi, une des idées qui se dégage de cette expérience reflète l'évidence absolue qu'il est bien plus efficace de se faire accompagner sur mesure, afin de trouver en nous même nos solutions, plutôt que d'aller chercher du savoir être « *à l'extérieur* », de tout faire pour se l'approprier, puis éventuellement de le transformer en savoir faire. Ce qui marche pour l'un ne marche pas toujours pour l'autre. Il y a environ 2500 ans, Socrate nous a déjà écrit « *Connais-toi toi-même ...* ». Il y a du boulot !



Après ouverture de la boîte crânienne du patient, ce dernier est réveillé par l'anesthésiste pour pouvoir réagir, bouger, parler compter et répondre à des tests orthophoniques et neuropsychologiques. Cette participation active du patient me permet de baliser les réseaux neuronaux en collant (oui oui, en collant !) des minis étiquettes à même le cerveau. De cette opération éveillée mais indolore, les patients sont ensuite rendormis pour fermeture de leur crâne. Après 4 à 5 jours d'hospitalisation et quelques semaines de convalescence, ils retournent à une vie normale ». Pour moi, une des idées qui se dégage de cette expérience reflète l'évidence absolue qu'il est bien plus efficace de se faire accompagner sur mesure, afin de trouver en nous même nos solutions, plutôt que d'aller chercher du savoir être « *à l'extérieur* », de tout faire pour se l'approprier, puis éventuellement de le transformer en savoir faire. Ce qui marche pour l'un ne marche pas toujours pour l'autre. Il y a environ 2500 ans, Socrate nous a déjà écrit « *Connais-toi toi-même ...* ». Il y a du boulot !

Comment j'avance ?

Alors pourquoi c'est si difficile, si compliqué de le faire puisque l'on a compris le pourquoi du comment - voir le comment du pourquoi ?! Et bien parce que l'être humain se complait dans son état. Regardez : « *A Noël je ne fume plus* » ... « *A Pâques je fais un régime* » ... « *Je double le nombre de mes prospects à partir de la semaine prochaine* ». Que ces injonctions soient internes ou quelles viennent de l'extérieur, ça ne marche pas, ou très très peu (qui plus est de l'extérieur). Nous sommes, adultes, réfractaires au changement. Nous sommes dans un équilibre que l'on nomme homéostatique et pour bouger, avancer, seules, pour moi, deux choses sont terriblement efficaces : soit, traverser une épreuve personnelle, intime, soit décider de se faire accompagner par un professionnel du changement, au fait des démarches andragogiques, plutôt que simplement pédagogiques.

Maintenant, « *Osez ! La force est en vous* »

Au fait « *T'es-tu déjà vu par les yeux de l'autre que tu es devenu ?* » ⁽⁵⁾,

Pascal
Auiciblement.
Pascal

(1) Jean STAUNE « *science et quête de sens* » chez PRESSES DE LA RENAISSANCE

(2) Laurent GOUNELLE « *L'homme qui voulait être heureux* » chez POCKET

(3) Dr Frederic M. HUDSON « *The handbook of coaching* » chez Jossey-Bass Publishers

(4) Pr DUFFAU « *Docteur Honoris Causa* » - Neurochirurgien au CHRU de Montpellier

(5) « *What the bleep do we know !?* » - Docu-fiction 2007 sur ce sait-on vraiment de la réalité ?