



BIEN-ÊTRE AU TRAVAIL ET PAIX ÉCONOMIQUE

OPA, licenciements, suicides, harcèlement moral, burn out... les pressions et leurs dommages collatéraux qui sévissent au sein des entreprises dans un contexte économique de plus en plus violent n'en finissent plus de peser sur la vie des managers et de leurs collaborateurs. Dominique Steiler, directeur du centre développement personnel et managérial de Grenoble Ecole Management propose une voie d'apaisement avec une chaire mindfulness¹.

Alors que les formations aux risques psychosociologiques et à la gestion du stress se multiplient dans tous les secteurs d'activité privés ou publics, figurant même dans des chartes qualité, il semble qu'elles n'offrent que comme des pansements ponctuels, se délitant spontanément dès que les facteurs de stress, inhérents à la vie professionnelle et en renouvellement permanent, sont en place. Elles témoignent bien de la prise de conscience de l'impact de ces risques sur la performance des hommes et la compétitivité de l'entreprise, mais leur « stérilité » ne pourrait elle révéler un mauvais positionnement du curseur dans les abscisses et ordonnées facteur humain/compétitivité ? Quelles places et quels sens donner



Lancement de la Chaire Mindfulness : Dominique Steiler, les entreprises partenaires et les partenaires de recherche

à la performance, la compétitivité et la dimension relationnelle du travail ? C'est l'essence des travaux de Dominique Steiler, pour qui, s'il n'y pas de remise en cause de l'exigence d'objectifs de compétitivité dans le management, il y a un temps pour celle-ci, l'erreur étant de considérer qu'elle doit être permanente. Comparant la formation du manager et des salariés à la préparation des grands sportifs aux jeux olympiques, il insiste sur le soin apporté par l'entraîneur aux différentes composantes du coaching : l'entraînement/apprentissage, la cohésion d'équipe avec une absence de mise en compétition sur une longue période pour préserver chacun le jour J, et surtout l'attention portée au bien-être personnel, source de l'épanouissement... « On nous taxe souvent de Bisounours avec cette notion de bien-être au travail, elle est pourtant fondamentale, il faut casser les croyances sur ce que doit être un manager et sortir du langage

et de la posture guerrière. » Langage et posture qui ne sont pas pourtant pas étrangères à cet ancien pilote de chasse, loin s'en faut du bizounours, aguerris aux risques et tensions les plus extrêmes, pour qui la concentration et la connaissance de soi, bases du courant Mindfulness, garantissent l'affûtage des sens et l'excellence au moment du combat. On l'a compris, pour Dominique Steiler, le bien-être au travail, c'est le nerf de... la paix, garant d'une compétitivité stratégique dans un environnement économique intransigeant. Dans ce concept, la paix économique ne signifie pas que l'on agisse sur les pressions extérieures, mais sur soi avec l'atteinte d'une paix intérieure pour mieux s'orienter dans la turbulence, et éviter les comportements à risque ou insatisfaisants. L'éducation à cette paix est capitale avec un regard qui doit changer sur le travail, l'un des lieux fondamentaux du bonheur et de l'épanouissement de l'homme lui permettant de produire

et de créer. « Aujourd'hui, on considère que l'entreprise est une entité économique à moteur social, dont l'objet est de produire de la richesse sans fin à l'aide de travailleurs, on doit changer le paradigme et considérer qu'elle est une entité sociale à moteur économique ». Ce nouveau modèle industriel, encore à contre courant de l'enseignement du management et du monde économique, commence à rencontrer une adhésion de certains « pionniers », tels les mécènes de la chaire, parmi lesquels figurent de grands groupes internationaux².

■ Anne Le Noël

¹Mindfulness, Bien être et management : issue de sagesse orientales, la « mindfulness » ou pleine conscience, a été proposée par le neurologue Jon Kabat Zinn pour soulager la souffrance humaine.
²Groupe A Raymond, Udimec Grenoble, Bölhoff Ottal, Mutuelles du Mans Assurances, Petzl, Psychologies Magazine, [Entrepreneurs] d'Avenir, INRS, Mindfulness Research Center Bangor University UK, Business school de Vienne, Autriche.

LA CHAIRE MINDFULNESS

GEM école de management a été nommée pilote pour l'Enseignement supérieur sur le sujet « Stress, bien-être et performance au travail » suite aux 14 années de travail de D. Steiler et ses partenaires. La chaire produira des travaux de recherche appliquée combinant les expérimentations de terrain d'une équipe pluridisciplinaire.