

# Neuroleadership Plan

**Aider l'organisation en la renforçant par l'agilité et la performance**

**Présenté à**  
Jérôme Savioz

**Présenté par**  
Sylvain Lonchay



---

**Neuroleadership**  
**Coaching/Facilitation**

# Fondements Neuroscientifiques

Le neuroleadership coaching s'appuie sur **3** piliers neuroscientifiques majeurs :

**Neuroplasticité** : Le cerveau adulte conserve sa capacité à créer de nouvelles connexions synaptiques, *donc de nouvelles réponses aux situations, nouveaux choix de comportement et nouvelle façon de penser*. Le coaching exploite cette propriété pour générer de nouveaux schémas comportementaux durables.

**Système de Récompense** : L'activation du circuit dopaminergique lors de la découverte personnelle (**insight**) renforce l'apprentissage et la **motivation** intrinsèque, créant un **engagement** plus profond que les conseils externes.

**Fonctions Exécutives** : L'amélioration des capacités de régulation émotionnelle, de planification et de prise de décision par le renforcement du cortex

## Applications Leadership

### • Optimisation Décisionnelle

#### Réduction des Biais Cognitifs

- Identification des patterns de pensée automatiques
- Développement du système 2 (pensée lente, analytique)
- Amélioration de la qualité décisionnelle en leadership

#### Gestion du Stress et Performance

- Régulation de l'axe hypothalamo-hypophysaire et charge mentale
- Optimisation de la Gestion de l'état de vigilance optimal pour la performance
- Développement de la résilience cognitive

### • Intelligence Émotionnelle

#### Régulation Émotionnelle

- Renforcement des connexions préfrontal-limbique - intégration des évènements par la pacification
- Développement de l'empathie cognitive
- Amélioration de la conscience de soi

#### Impact Organisationnel

- Création de climats psychologiquement sécurisants
- Optimisation des dynamiques de groupe
- Amélioration de l'engagement des équipes

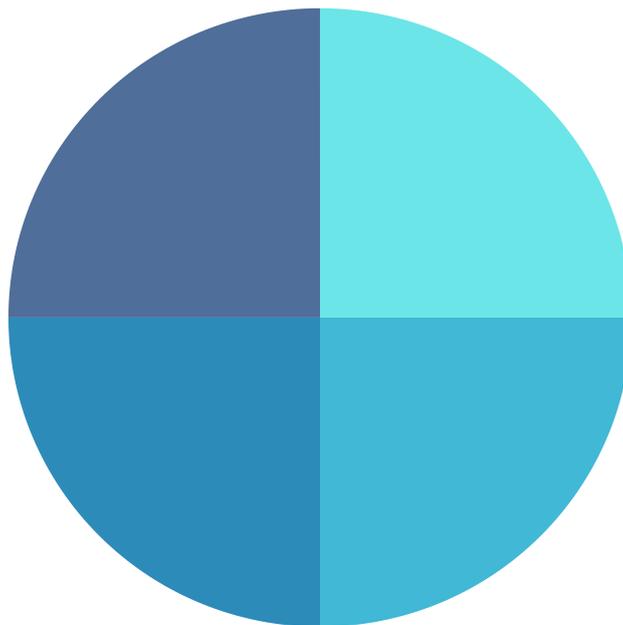
## Considérations Éthiques

- Confidentialité totale : Les sessions de coaching individuelles restent strictement confidentielles - aucun contenu n'est partagé avec la direction. Seuls les résultats agrégés et anonymisés peuvent être communiqués au COMEX pour mesurer l'efficacité globale du programme.
- Respect de l'autonomie cognitive des participants
- Transparence sur les méthodes utilisées - support/documentation fournis
- Formation rigoureuse du coach *Standards éthiques rigoureux (transparence scientifique, formation certifiée)*

Le neuroleadership coaching représente l'évolution naturelle de l'accompagnement des dirigeants, intégrant les avancées scientifiques pour optimiser le potentiel humain et organisationnel.

## Impact Business Mesurable Observé

● Leadership    ● Qualité Décisions    ● Engagement équipe    ● Rétention Talents



### Mesure d'Efficacité Selon Etudes

- Baisse du niveau de cortisol (stress)      *Biomarqueurs physiologiques validés (cortisol)*
- Variabilité cardiaque (régulation autonome) *Biomarqueurs physiologiques validés (HRV)*
- Activation des zones cérébrales (neuroimagerie) *Imagerie cérébrale objective (par fMRI)*

### Indicateurs Comportementaux

- Amélioration des performances leadership
- Qualité des prises de décision
- Indicateurs d'engagement d'équipe

*Métriques comportementales documentées (ROI 788%, engagement +62%)*

# Résultats

- ▶ Leaders plus agiles face aux disruptions du secteur
- ▶ Capacité d'innovation et d'adaptation renforcée
- ▶ Attraction et fidélisation des meilleurs talents
- ▶ Résilience organisationnelle en période de turbulences

# Investissement & ROI



Investissement par participant : CHF 3 500.-

Entre 1-9 personnes

Conditions préférentielles à partir de 10 personnes. Tarification évolutive favorisant le déploiement d'envergure

**Programme complet** (4 mois) :

1 Diagnostic + 6 Coaching

+ 2 Ateliers + Suivi

## ROI 4:1

*Sources de ROI calculable :*

- ▶ Réduction coûts absentéisme et turnover
- ▶ Amélioration productivité équipes
- ▶ Qualité décisionnelle supérieure
- ▶ Accélération projets stratégiques

# Plan d'action

01

Diagnostique  
séances  
Individuelles  
2 semaines

02

Plan de coaching  
sur 4 mois  
6 séances

03

Évaluation ROI sur  
le mois 5

04

Déploiement  
autres équipes sur  
6 mois

## Résumé

Le coaching neuroleadership améliore l'accompagnement des dirigeants en s'appuyant sur les dernières découvertes en neurosciences.

Contrairement aux approches traditionnelles qui se contentent de donner des conseils, cette méthode active les mécanismes naturels de génération de solutions du cerveau. Ainsi chaque personne s'autonomise, gère ses ressources et modifie à son rythme ce qui lui procure un sentiment de réalisation.

En posant les bonnes questions plutôt qu'en prescrivant des réponses, le coach permet au dirigeant de développer ses propres insights durables et de créer des changements comportementaux authentiques. Cette approche génère un **engagement** profond car les solutions émergent de la personne elle-même, favorisant ainsi une transformation durable de ses schémas de pensée et de leadership.

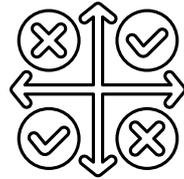
Le neuroleadership optimise également la **performance décisionnelle** en aidant les dirigeants à mieux comprendre leurs biais cognitifs, à **gérer leur stress** et à développer leur **intelligence émotionnelle**, créant un **impact positif** qui se répercute sur toute l'organisation.

# Outils & Modèles

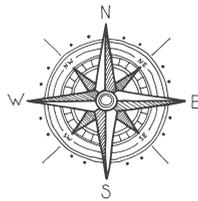
Growth Mindset Model



Changement d'habitude Matrix



SCARF Model



## Sylvain Lonchay Coach & Facilitator



IMD Business School Facilitator



MIT Neuroscience for business



### Questions? Contact

Website	Email	Numéro
<a href="http://www.sylvainlonchay.com">www.sylvainlonchay.com</a>	<a href="mailto:Sylvain@lonchay.ch">Sylvain@lonchay.ch</a>	(+41) 078 858 81 48

## MESURES D'EFFICACITÉ PHYSIOLOGIQUES

### Baisse du niveau de cortisol (moins de stress)

Leaders vs non-leaders : 0.54 écarts-types de différence en niveau de cortisol salivaire (étude Harvard sur dirigeants gouvernementaux et militaires) **PubMed Central**

Mindfulness et coaching : effet de 0.345 (taille d'effet) sur la réduction du cortisol selon méta-analyse **PubMed Central**

Corrélation inverse prouvée : plus le cortisol augmente, plus le niveau de leadership diminue (Journal of Personality and Social Psychology, 2016) **JMIR**

### Variabilité cardiaque (régulation autonome)

RMSSD, SDNN et LF/HF : variables HRV les plus validées comme indicateurs de stress avec prédictibilité démontrée chez professionnels médicaux Karger Publishers Neuroquotient

Personnes à haute HRV : plus grande résilience au stress et meilleure forme cardiovasculaire (**Harvard Health**) MDPI

Stress professionnel élevé = HRV réduite : méta-analyse systématique sur 10 études confirmant la relation inverse Annual Reviews

### Activation des zones cérébrales (neuroimagerie)

Coaching PEA vs NEA : activation différentielle du cortex préfrontal latéral gauche et du noyau accumbens en fMRI **Dion Leadership**

Cortex préfrontal dorsolatéral gauche : zone clé pour pensée stratégique et prise de décision, optimisée par coaching neuroscientifique **Vorecol**

Contrôle volontaire du cortex préfrontal antérieur démontré par neurofeedback rt-fMRI chez volontaires sains **Oxford Academic**

## INDICATEURS COMPORTEMENTAUX

### Amélioration des performances leadership

50% d'amélioration des comportements de leadership avec impact substantiel sur performance business

88% des dirigeants classent "culture d'amélioration" comme priorité absolue, coaching leadership prouvé efficace

788% de ROI pour coaching exécutif grâce aux gains de productivité et satisfaction employés

### **Qualité des prises de décision**

Amélioration significative intelligence émotionnelle conduisant à meilleures décisions et capacités leadership

40% d'amélioration des scores de satisfaction patients suite coaching leadership en santé

### **Indicateurs d'engagement d'équipe**

Médiation partielle prouvée : leadership engageant → ressources personnelles → engagement au travail (étude longitudinale multiniveaux)

62% d'employés hautement engagés dans organisations avec culture coaching forte

30% d'amélioration performance équipe et 25% réduction turnover en 6 mois (entreprise tech multinationale)