



MINDFUL INTELLIGENCE

Accompagnement des dirigeants et leurs équipes
Mindfulness – Intelligence collective – Coaching

THOMAS EMMANUEL GERARD | FONDATEUR



www.mindfulintelligence.com
thomas@mindfulintelligence.com

MINDFULNESS

Dans le contexte entrepreneurial contemporain, les managers et les décideurs sont incités à modifier leurs perceptions et s'ouvrir à d'autres manières d'écouter, de répondre, et d'innover. Depuis plusieurs années, Thomas soutient le développement de pratiques de pleine conscience au sein des organisations.

Concentration, capacités d'apprentissage, empathie, flexibilité, régulation émotionnelle, communication appropriée, prises de conscience, créativité ... les neurosciences ont permis de valider les bénéfices professionnels et personnels d'une pratique de pleine conscience. Depuis quelques années, certaines organisations ouvrent leurs portes à la mindfulness : séminaires de dirigeants, programmes leadership, conférences et autres ateliers.

Thomas est co-créateur, avec Sébastien Henry, du programme « Mindful at Work : leadership, performance et sérénité ». Ce programme de 8x3h adapté aux situations professionnelles a été implémenté avec succès chez Sodexo, MAIF, Airbus, L'Oréal. La mesure de son impact a été mesurée par des chercheurs de l'EM Grenoble, Chaire Mindfulness et bien-être au travail.

Thomas intervient également sur des formats courts : en format conférence ou atelier d'expérimentation, en accompagnement collectif ou individuel. Ses clients : Airbus, Prisma Media, RTL, LVMH, Engie, Sodexo, Disney, CJD, Channel, Orange ...

INTELLIGENCE COLLECTIVE

L'intelligence collective est une interaction positive entre les 'je' individuels et le 'nous' collectif. L'intelligence collective agit à trois niveaux : (1) elle renforce la capacité du groupe à produire un contenu créatif et innovant, en un temps limité, (2) elle facilite l'appropriation et l'adhésion aux idées et décisions qui ont émergé, (3) elle requalifie positivement la relation de chacun au collectif, en générant bienveillance, confiance, ouverture, curiosité et sentiment d'appartenance à une communauté.

Fort de son expérience en tant que facilitateur, Thomas propose depuis 2018 des formations à l'intelligence collective : Co-construction, Co-décision, Codev, Pro Action Café – ainsi que de la supervision collective ou individuelle de facilitateurs.

-Co-auteur de l'ouvrage : *'Intelligence collective : co-créons en conscience le monde de demain'* (2014)
- Intervenant au sein du DU Intelligence Collective de l'Université de Cergy- Pontoise (BAC+5), où il forme au Codéveloppement (Codev).
-Créateur du Mindful Codev, l'association innovante du codéveloppement et de la mindfulness.

Thomas intègre dans son accompagnement un volet 'intériorité' pour consolider un changement durable

Ses clients : Airbus, BNP Paribas, Banque Palatine, Guerlain, Fédération Envie, Mairie d'Alfortville, Mairie de Dax, BEP de Namur, CJD ...

EXECUTIVE COACHING

Thomas accompagne les dirigeants et les managers pour les aider à franchir une étape de leur parcours professionnel : un changement de statut (nouvelles fonctions managériales, entrée au Codir), un nouveau contexte d'organisation (croissance rapide, réorganisation, fusion), la gestion d'une difficulté personnelle (conflit au sein de l'équipe, baisse de productivité, démotivation). Il offre un espace de parole et d'écoute qui permet de travailler en toute sécurité sur la posture de dirigeant ou de manager : leadership, assertivité, ancrage de la légitimité ... ainsi que sur la gestion des émotions, la communication interpersonnelle ou tout autre besoin identifié.

Les trois piliers de son accompagnement sont :

- l'approche systémique : *'Si je bouge, le système bouge'*
- l'approche cognitive et comportementale : *'Si j'identifie mes émotions, je peux requalifier la situation et explorer des alternatives'*
- la mindfulness : *'ou comment allier performance et sérénité, adopter bienveillance et non-jugement envers soi-même et son équipe'*.

Ses clients : AXA Tech, BNPP, Deloitte, Sodexo, Prisma Media, Air France, Institut Pasteur, CNRS, APEC ...

Thomas est titulaire d'un 3ème cycle universitaire *Executive coaching*. Il est supervisé par Florence Lamy, auteure et formatrice de superviseurs de coachs et consacre plus de 20 jours annuels à sa formation continue.

FORMATION

- Instructeur MBSR, Faculté de Médecine, Massachusetts University
- DU Executive Coaching (BAC+5), Université de Cergy-Pontoise
- Master 2 en Communication des Institutions et des Entreprises, CELSA-Sorbonne 4, Paris
- Master 2 Droits de l'Homme, Central European University, Budapest

LAURÉAT

- *Institut des Hautes Études pour la Science et la Technologie – IHEST* : ancien auditeur, promotion 2011-12
- *Fondation German Marshall Fund of the United States – GMFUS* (think tank dédié aux politiques publiques et relations internationales) : promotion MMF 2004

EXPÉRIENCE

Thomas a travaillé avec une large typologie d'acteurs : grandes entreprises, collectivités territoriales, administration, cabinets ministériels, agences de l'ONU, ONG, associations, organisations syndicales, entrepreneurs sociaux... Il possède une large expérience de l'interaction avec les dirigeants et hauts responsables.