

# Lettre inspirante



La **biosystémique** s'appuie, comme l'ANC (Approche Neurocognitive et Comportementale), sur la **connaissance de l'humain à travers les neurosciences et sciences cognitives et comportementales**. Elle se décline dans la sphère de l'organisation, c'est la **BSO** ou BioSystémique Organisationnelle, de la relation on parle de **BSR** ou BioSystémique Relationnelle, et de l'individu il s'agit de la **BSI** ou BioSystémique Individuelle.

Que vous soyez formé.e à la Process Com, la PNL, la CNV (ou communication non violente), la sociodynamique, l'analyse transactionnelle, ou toute autre approche qui tente de modéliser les comportements humains et la performance, vous découvrirez une approche horizontale, globale, qui les relie, les éclaire et les enrichit des connaissances du cerveau. Vous éviterez des écueils en comprenant mieux ce qui est sous-jacent.

À l'inverse de l'ANC qui s'intéresse au pourquoi, la biosystémique ne cherche pas le « contenant » ou la gouvernance qui pilote notre cerveau, elle donne les moyens de faire un état des lieux des dysfonctionnements et d'agir sans chercher à identifier l'origine. Pas d'analyse psychologique dans la biosystémique, pas de nécessité de se « mettre à nu » quand on n'en a pas envie ou que ce n'est tout simplement pas le moment.

Par son côté objectif, centrée sur les faits, la biosystémique permet de reprendre le contrôle par l'initiative et l'engagement de l'individu, dans la relation, et plus largement dans l'organisation. Pas d'ordre précis non plus, les modules sont indépendants les uns des autres même s'ils se complètent. Cependant, la BSI prépare à la relation pour rendre plus robuste aux désagréments de la relation BSR, et la BSO est sous-tendue par la BSI et la BSR.



Vous pouvez très bien savoir vous gérer, ne pas être touché et rester très fonctionnel après une journée difficile mais avoir besoin de renforcer votre capacité ou celles de tiers à sortir de relations inefficaces et tendues. La **BSR** est faite pour vous. Vous apprendrez à naviguer sur différents registres et être mieux avec les autres.



Si au contraire après cette journée difficile vous avez souvent l'impression que votre confiance, estime, affirmation de vous est entamée alors vous commencerez plutôt par la **BSI**. Vous gagnerez en « empowerment ».



Si ce sont les conséquences sur le cadre plus large de l'organisation qui vous impactent ou vous intéressent en priorité, vous opterez pour la **BSO**. C'est l'outil du thérapeute familial, du coach ou manager par excellence.

Pour participer à ces formations il conviendra de venir avec des situations que vous traiterez en séance. En fonction de chaque typologie seront proposés des exercices spécifiques avec des outils « opérationnalisables ».

À très bientôt,

*Jacques Fradin*