

1. Prendre 5 minutes pour constater en milliards le coût budgétaire des 3 stress et des 7 émotions qui dirigent nos cerveaux en réalité. Amusez-vous à taper sur Google les mots clefs « budget, dépenses, coût » et à y associer « santé, sécurité sociale, arrêt maladie, addictions, hôpitaux, médicaments, alcool, tabac, aide sociale, suicide, violence, police, pompier, délinquance, justice, prison... ». Au hasard, le coût du tabagisme en France : 100 milliards d'euros (OFDT).
2. Au regard du coût budgétaire du stress, prendre quelques minutes pour lire nos articles de présentation [du projet ISA](#). et de [l'essentiel scientifiquement](#). Si ces documents font sens pour vous, diffuser leur PDF sur les réseaux sociaux pour inviter à reconnaître d'utilité publique la gestion individuelle du stress, des émotions et des besoins (« Social Emotional Education » ; Oprah WINFREY ; Barack OBAMA ; 2021).
3. Ayant maintenant conscience du besoin d'éducation émotionnelle et sociale dans nos sociétés, oser demander via les réseaux sociaux la création d'un « Comité Scientifique International sur le Stress, le Cerveau des Émotions et l'Intelligence Morale », qui serait idéalement basé à Genève, au sein de l'Organisation Mondiale de la Santé (O.M.S).
4. Demander aux Ministres de l'Education et de la Santé d'intégrer dans la scolarité obligatoire vers 7 ans les 8 points suivants :
 - Les 4 étapes de la satisfaction naturelle des besoins (La Matrice de l'Expérience du Bonheur)
 - Les 7 émotions normales du cerveau humain
 - Les 3 réactions normales du stress
 - Les 5 langages universels de l'amour
 - Les 4 clefs neuroscientifiques du bonheur
 - Les 7 blessures du cœur
 - Les 8 « bugs » émotionnels parasites
 - Le stress douloureux, maladif, passif et abusif (le FREEZING ou figement du stress)
5. Demander aux Ministres de l'Education et de la Santé d'intégrer dans la scolarité obligatoire vers 12 ans les 16 points suivants :
 - Les 4 étapes de la satisfaction naturelle des besoins (La Matrice de l'Expérience du Bonheur)
 - Les 7 émotions normales du cerveau humain
 - Les 5 langages universels de l'amour
 - Les 4 clefs neuroscientifiques du bonheur
 - Les 7 blessures du cœur
 - Les 5 dragons de l'émotion
 - Les 4 verbes de la relation
 - Les 3 réactions normales du stress
 - Les 8 « bugs » émotionnels parasites
 - Le stress douloureux, maladif, passif et abusif (le FREEZING ou figement du stress)
 - Les 4 étapes de l'inhibition de l'action et de la répression des émotions (le FREEZING)
 - Les symptômes dans le FREEZING (désordre, dissociation, compulsions, contradiction)
 - Les 10 verrous psychologiques de la cocotte-minute du FREEZING
 - Les 5 étapes de la digestion émotionnelle
 - Les 4 cerveaux humains
 - Les 5 principes psychothérapeutiques du stress

6. Demander aux gouvernements d'informer médiatiquement et de responsabiliser publiquement chacun sur la gestion de son stress, de ses émotions et de ses besoins. Sensibiliser à la gestion individuelle du bien-être, à la satisfaction collective des besoins et à la prévention des risques psychosociaux. Informer massivement par la publicité sur le coût social et les conséquences individuelles de l'analphabétisme émotionnel.
7. Demander aux gouvernements et Ministres de légiférer officiellement sur les manques dans le domaine de l'analphabétisme émotionnel. Légiférer, selon le principe de réalité des faits et de responsabilité des personnes, dans une volonté de prévention des risques psychosociaux et de protection des victimes, par rapport aux réalités scientifiques et aux conséquences psychosociales du figement du stress dans nos familles (Projet de Loi du Dr Henri LABORIT en hommage à son travail de recherche).
8. Former dans tous les pays du monde les professionnels de la relation d'aide (police, juges, médecins, psys, éducateurs sociaux, avocats...) en gestion du stress, des émotions et des besoins.
9. Former dans tous les pays du monde la police, les juges, les médecins, les avocats, les éducateurs sociaux, sur la réalité statistique des abus sexuels et sur les conséquences psychosociales de l'inceste.
10. Diffuser, diffuser, et encore diffuser. Partager, partager, et encore partager. Informer dans une volonté d'amélioration par résonance auprès de l'opinion publique.

Vous pouvez également soutenir ISA par un don, pour son développement numérique et ses frais de fonctionnement.

ISA, She Really Cares About You