

PROGRAMME DE LA FORMATION : DEVELOPPEZ VOTRE INTUITION
« Connaissance et Développement des Processus Cognitifs Intuitifs
-Créativité et décision en situations d'incertitude et d'urgence- »
Niveaux 1 à 3

Cette formation, basée sur de nombreuses années d'avancées dans la recherche scientifique autour des phénomènes cognitifs, perceptifs et émotionnels, physiologiques et neuronaux, a pour objectif de permettre à chacun de découvrir l'apport de nos processus intuitifs dans nos décisions quotidiennes et de développer cette intelligence.

Aujourd'hui, les entreprises et les organisations évoluent dans un environnement complexe, mouvant, incertain, ambigu, voire de complète cécité. Que ce soit dans les domaines stratégiques, d'innovation, de recherche et développement, de créativité, de sécurité des personnes et de protection du matériel, d'exploration, de relation avec les différents partenaires (clients, fournisseurs, prescripteurs...), dans les situations d'urgence..., managers, décideurs, collaborateurs, sont au quotidien aux prises avec des décisions multiples aux enjeux diversifiés. Les paramètres à considérer et leur intrication augmentent de façon exponentielle ainsi que la rapidité des impacts.

La prise de conscience et l'appropriation des mécanismes intuitifs qui impactent nos décisions permet aux dirigeants et aux équipes de développer une méthodologie de prise en compte des signaux forts et faibles qui constituent la trame des informations. Et d'ainsi utiliser ces ressources pour mieux décider et créer, au sein d'environnements et d'organisations en constants changements.

Aussi, la méthodologie enseignée est fondamentalement axée sur l'acte créatif. Cette méthodologie a été conjointement élaborée en laboratoire de recherche par des équipes constituées de scientifiques et d'artistes. Elle a été conçue avec le double objectif de générer à volonté l'état de flow propre à la créativité et, bien évidemment, de proposer aux créatifs un processus maîtrisé d'accès à leur propre créativité pour faire émerger, percevoir, et exprimer la matière (l'oeuvre) qui correspond à leur intention, leur personnalité et leur domaine artistique.

Cette formation s'appuie sur une méthode éprouvée, enseignée et appliquée depuis plus de 30 ans. **Accessible à toutes et tous**, sa spécificité et son efficacité reposent sur le fait qu'elle est issue de recherches scientifiques et qu'elle a depuis été utilisée aussi bien par tout un chacun que par des entreprises ou des organismes d'Etat, civils et militaires.

Grâce à ses 6 phases progressives, cette méthode pas à pas guide l'individu tout au long de son apprentissage et de sa pratique.

Particulièrement structuré, convivial et stimulant, ce **cycle de formation complet** apporte la confiance et les ressources qui permettent de valoriser pleinement le potentiel intuitif. Des outils, performants et novateurs de par leurs présentation et mise en œuvre, apportent des résultats concrets et mesurables.

OBJECTIFS GENERAUX DE LA FORMATION

- Prendre conscience de son potentiel et maîtriser le processus intuitif
- Guider et s'autoguidé avec pertinence dans la démarche intuitive
- Comprendre les processus de perceptions et d'interprétation
- Comprendre les processus émotionnel et d'émission d'opinions personnelles
- Chercher en soi l'information pour agir dans des situations complexes et variées
- Décider en situation d'incertitude ou de cécité
- Etre plus créatif en situation d'innovation
- Maîtriser ses intentions
- Approfondir la connaissance de soi, et gagner en confiance en soi

COMPETENCES VISEES

- Décrire la séquence d'un événement, de la vie d'un projet ou d'une personne : Être capable de reconstituer les différentes étapes d'un processus ou d'une situation pour en dégager une grande richesse d'informations.
- Corriger les biais mentaux : Détecter et supprimer les interprétations incorrectes pour améliorer la fiabilité des analyses intuitives.
- Gérer les émotions dans des environnements exigeants : Maintenir une objectivité totale en limitant l'influence des ressentis personnels sur les décisions.
- Résoudre des problèmes en contexte complexe : Identifier et traiter les éléments clés d'une situation pour proposer des réponses concrètes et efficaces.
- Imaginer des solutions inédites : Utiliser des approches intuitives pour générer des idées qui se distinguent par leur originalité et leur pertinence.
- Transférer ses compétences intuitives à différents cadres : Démontrer la capacité à appliquer les pratiques intuitives dans des domaines variés, du professionnel au personnel.
- Modéliser des idées avec des outils concrets : Traduire des concepts abstraits en représentations physiques ou visuelles pour en faciliter la compréhension.
- Maîtriser des 6 phases du processus intuitif.

PUBLIC CONCERNE

Cette formation est destinée à toute personne souhaitant comprendre comment fonctionne l'intuition et comment l'utiliser, et recherchant avant tout une pratique à la fois structurée, ludique et avec des résultats immédiats.

PREREQUIS :

Il n'y a aucun prérequis technique pour accéder au niveau 1 de la formation. Seul un questionnaire préalable visant à mieux connaître le participant est demandé.

L'accès au niveau 2 de la formation est possible une fois le niveau 1 suivi.

L'accès au niveau 3 peut se réaliser une fois les niveaux 1 et 2 finalisés. Il y a également une préparation en amont : le participant réalise 3 sessions en autonomie qui seront débriefées par un formateur attitré et une session monitorée d'1h30.

MODALITES D'ENCADREMENT :

Que ce soit pour l'assistance pédagogique ou pour l'assistance technique, les stagiaires ont la possibilité de joindre notre équipe en écrivant au mail suivant secretariat@iris-ic.com : toutes les demandes sont alors soit traitées directement soit transférées à la personne concernée. Par ailleurs, dans le cadre du suivi de la formation, les participants disposent des coordonnées de la personne les accompagnant.

ASSISTANCE PEDAGOGIQUE :

- **Alexis Champion**, créateur et directeur d'iRiS depuis 2009, expert en intuition, aide à la décision, créativité et innovation ; formation initiale de docteur en intelligence artificielle, et master en aide à la décision.
- **Marie-Estelle Couval**, formatrice depuis et directrice pédagogique ; elle est également consultante en créativité auprès des entreprises. Co-auteur avec Alexis Champion du livre « *Développez votre intuition* », formation initiale DESS en droit des entreprises.

- **Alexis Tournier**, formateur chez iRiS depuis 2009 et consultant en créativité auprès des entreprises, formation initiale en mathématique et informatique appliquées aux sciences.
- **Sandrine Sabatier**, formatrice et membre de l'équipe iRiS Intuition Lab, en charge de la coordination des formations en ligne - docteur en génétique moléculaire et master en droit international des Droits de l'Homme
- **Jérôme Meunier**, formateur et responsable des projets informatiques d'iRiS- Formation initiale ingénieur en informatique

D'autres assistants ou assistantes sont susceptibles de contribuer à l'accompagnement des sessions intuitives individuelles sous la supervision de la direction pédagogique.

ASSISTANCE TECHNIQUE :

- **Olivier Machet**, webmaster qui s'occupe de l'ensemble des sites d'iRiS

MODALITES PEDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

Les modalités pédagogiques de cette formation sont diversifiées et permettent une progression individualisée.

- **En amont de la formation niveau 1**, modules théoriques en elearning, avec explications, démonstrations pédagogiques, séances de questions-réponses, des expérimentations à réaliser en autonomie (accès pendant 1 an)
- **En amont de la formation niveau 2** : modules théoriques en e-learning
- **Pendant la formation en salle :**
 - Une approche centrée sur la pratique et l'expérience directe des participants.
 - Transmission d'une discipline méthodologique applicable à chacun, permettant d'appliquer une stratégie d'exploration personnelle et poussée.
 - Apports théoriques et scientifiques sur la méthode
 - Entraînement pratique intense en binôme avec débriefing collectif, et supervisé par l'équipe pédagogique
 - Mises en situations d'incertitude, et de cécité, sur des problématiques de type cas d'école.
- Des documents supports de la formation ou rapports d'observation sont transmis dont la remise d'un manuel pour chacun des niveaux, reprenant tous les points essentiels de la formation
- **En amont de la formation niveau 3** : 3 sessions réalisées en autonomie et débriefées individuellement par un formateur attitré et une session monitorée d'1h30.
- Les participants ont également accès à des jeux en ligne qui permettent d'exercer l'acuité intuitive

En termes techniques, la formation en salle s'appuie sur des visuels projetés sur écran. L'ensemble du petit matériel est également fourni aux participants (feuilles, stylos, enveloppes, photos...).

MODALITES DE SUIVI ET D'EVALUATION

Pendant la formation, les stagiaires sont invités à répondre à des questions de connaissance pour validation des acquis théoriques.

Ils disposent pour chaque niveau de vidéos complémentaires disponibles en ligne pendant un an avec des QCM de validation des acquis.

Les stagiaires ont également accès pendant un an à des visio-conférences trimestrielles.

Post niveau 3, les participants réalisent une session monitorée d'1h et une session en autonomie avec un debriefing par un formateur attitré

MATERIEL : Le prix du stage inclut le matériel pédagogique nécessaire à la formation.

DUREE : 8 jours soit 56 heures

DELAI D'ACCES

Les participants peuvent s'inscrire jusqu'à 14 jours avant le début de la formation pour les niveaux 1 et 2.

La participation au niveau 3 est dépendante des prérequis (réalisation des sessions accompagnées et débriefées)

SITUATION DE HANDICAP

Que la formation soit dispensée en présentiel ou en distanciel, nous avons à cœur de créer les conditions favorables dans une logique inclusive : lieu d'accueil et pédagogie adaptés pour le plus grand nombre.

Si vous êtes en situation de handicap, contactez notre secrétariat lors de votre inscription afin d'anticiper les aménagements nécessaires : secretariat@iris-ic.com.

Zoom sur le Niveau 1 – 3 jours soit 21 heures

LE PROGRAMME DU NIVEAU 1.

Ce premier niveau mène à la découverte des mécanismes de l'intuition, via les 3 premières phases de la méthode. L'apprenant ouvrira les portes de son intuition grâce à ses cinq sens. Et saura faire le tri entre informations intuitivement perçues, interprétations issues du mental et émotions.

1. Définir et comprendre l'intuition
2. S'écouter et oser s'exprimer
3. Solliciter ses 5 sens et l'intuition du corps pour générer des idées
4. Stimuler son intuition et lever ses freins
5. Concilier intuition et intellect
6. Distinguer intuitions et interprétations
7. Gérer et utiliser ses émotions
8. Découvrir le potentiel de l'intention à travers différents exercices

OBJECTIFS DU NIVEAU 1

- Développer son acuité sensorielle pour mieux solliciter son intuition.
- Observer, écouter et exprimer toute pensée.
- Découvrir et comprendre le rôle de l'intuition dans les processus de perception et de prise de décision.
- Identifier et intégrer les mécanismes cognitifs, émotionnels et physiologiques qui influencent l'intuition.
- Explorer l'interaction entre les perceptions sensorielles, l'intellect et les émotions pour nourrir l'intuition.
- Adopter une démarche proactive en utilisant le questionnement pour stimuler et clarifier son intuition.
- Mobiliser son intuition pour décider efficacement en situation de haute incertitude ou d'urgence.
- Exploiter ses cinq sens dans la démarche intuitive pour générer des idées descriptives de situations.
- Utiliser des croquis intuitifs pour structurer et représenter ses perceptions de manière créative.
- Développer une approche équilibrée entre l'intuition et l'analyse rationnelle pour prendre des décisions éclairées

MODALITES DE SUIVI ET D'EVALUATION DU NIVEAU 1

Pendant la formation, les stagiaires sont invités à répondre à des questions de connaissance pour validation des acquis théoriques.

Ils ont également accès à des visio-conférences trimestrielles pendant un an, à leur replay ;

Une plate-forme avec des vidéos complémentaires et des QCM de validation des acquis est mise à leur disposition pendant un an.

Zoom sur le Niveau 2 – 2 jours soit 14 heures

Le niveau 2 apporte les outils nécessaires pour élargir et enrichir les perceptions sur des notions plus complexes et abstraites. Il aborde la phase 4 de la méthode. L'apprenant pourra ainsi, en fin de formation, aborder intuitivement les situations et les activités se déroulant sur un lieu spécifique, ainsi que les personnes et organisations qui peuvent y prendre part.

LE PROGRAMME DU NIVEAU 2

1. Renforcer les acquis

- Réviser et consolider les outils du niveau 1
- Acquérir plus d'aisance et de rapidité dans le processus de perception
- Approfondir la notion de construction mentale et en comprendre les implications

2. Accroître vos facultés d'exploration intuitive

- Acquérir une stratégie d'exploration poussée
- Favoriser la production d'informations plus détaillées et complexes
- Aborder des notions conceptuelles telles que la nature d'un lieu, d'un objet ou d'une situation
- Explorer les activités humaines et les personnes qui s'y inscrivent
- Rencontrer notre « juge intérieur » : les filtres et croyances défavorisant l'intuition

3. Contrôler le processus intuitif

- Définir avec précision son objectif de recherche d'informations et d'idées
- Garder le contrôle et se guider par un procédé alternant questions – réponses
- Questionner plutôt que supposer
- Apprendre à réguler l'afflux d'informations intuitives
- Renforcer et faciliter la prise de conscience et le tri des pensées

4. Comprendre et maîtriser les enjeux de de l'intention

- Définir le contrat d'intention avec soi-même et avec l'autre
- Intégrer la deuxième règle d'or de l'intuitif
- Guider et soutenir son intention en jouant avec son intellect et son intuition
- Comprendre les facteurs détournant ou favorisant l'intention

OBJECTIFS DU NIVEAU 2

- Explorer intuitivement des concepts abstraits : Acquérir la capacité de percevoir et d'élaborer des notions complexes telles que la nature d'un lieu, d'une activité ou d'une situation.

- Explorer les dynamiques humaines : Approfondir la perception des interactions et des activités humaines pour mieux décrire et appréhender les situations associées.
- Prendre des décisions éclairées grâce à l'intuition : Utiliser les informations perçues pour orienter des choix stratégiques dans des environnements complexes et variés.
- Approfondir la compréhension des constructions mentales : Déconstruire et utiliser les mécanismes des schémas mentaux pour affiner la perception intuitive et enrichir les descriptions des situations explorées.
- Identifier et surmonter les filtres cognitifs : Reconnaître les croyances et jugements personnels qui limitent l'intuition, afin de mieux appréhender les réalités perçues.
- Gérer et organiser le flux d'informations intuitives : Acquérir des outils pour trier et hiérarchiser les informations afin d'éviter la surcharge cognitive et d'améliorer la clarté des descriptions.
- Définir des intentions claires et alignées : Formuler et guider une intention précise pour orienter efficacement les explorations intuitives vers des résultats cohérents et concrètement exploitables.
- Renforcer la posture neutre et bienveillante : Maintenir une objectivité et une ouverture d'esprit pour éviter les biais et enrichir la perception des situations explorées

MODALITES DE SUIVI ET D'EVALUATION DU NIVEAU 2

Pendant la formation, les stagiaires sont invités à répondre à des questions de connaissance pour validation des acquis théoriques.

Ils ont également accès à des visio-conférences trimestrielles pendant un an, à leur replay ;

Une plate-forme avec des vidéos complémentaires et des QCM de validation des acquis est mise à leur disposition pendant un an

Zoom sur le Niveau 3 – 3 jours soit 21 heures

La formation niveau 3 complète votre formation à la méthode pas à pas. Vous découvrirez les phases 5 et 6 de cette méthode qui consistent à explorer votre mémoire inconsciente et à vous servir de la modélisation en 3D comme support de votre intuition. A la fin de cette formation, vous serez également capable de décrire et explorer intuitivement des événements complexes impliquant des organisations, des sites et des personnes distantes.

LE PROGRAMME DU NIVEAU 3

1 - Boostez vos compétences intuitives

Utilisez le questionnement et l'expression par la technique du mind-mapping
Accélérez votre flux intuitif
Explorez sans nécessité de trier les informations à chaque perception
Utilisez la pâte à modeler et les Lego comme support de modélisation
Tirez parti de vos hypothèses analytiques pour mieux comprendre vos perceptions
Etouffez et supprimez les interprétations erronées du mental

2 - Explorez des événements et des personnes physiques ou morales

Percevez et décrivez les faits successifs d'un événement
Estimez le moment de survenue et la durée d'un événement
Identifiez les causes et conséquences d'une situation
Questionnez et conscientisez les éléments prégnants des activités d'une personne
Questionnez et conscientisez les éléments prégnants des motivations d'une personne
Gérez vos émotions et restez neutre en tout contexte

3 - Faites de votre intuition un outil au quotidien

Analysez et formalisez un besoin
Aborder de manière pertinente tous types de problématiques réelles
Mettez votre intuition au service d'autrui
Prenez des décisions de type diagnostic sur des situations
Générez des idées créatives en toute circonstance
Intuïtez en étant en interaction avec votre environnement
Accélérez votre pratique pour répondre aux situations d'urgence
Respectez les règles légales, éthiques et morales

4 - Renforcez vos connaissances scientifiques et historiques

Découvrez les faits marquants de la recherche en laboratoire
Découvrez comment la méthodologie et la pédagogie ont été élaborées au fil des récentes décennies
Découvrez les premières mise en œuvre des protocoles intuitifs dans des contextes d'innovation, financiers, judiciaires, archéologiques...

OBJECTIFS DU NIVEAU 3

- Explorer des événements dans leur globalité : Observer les enchaînements de faits, estimer les durées et comprendre les dynamiques globales d'un événement ou de la vie d'une personne.
- Mettre l'intuition au service de soi et d'autrui : Appliquer ses compétences intuitives pour conseiller et accompagner, pour soi-même et d'autres personnes, dans la résolution au quotidien des problématiques.
- Décider en interaction avec l'environnement : Prendre des décisions adaptées en tenant compte des dynamiques et contraintes d'un environnement spécifique.
- Générer des idées innovantes : Stimuler la créativité pour trouver des solutions originales à des défis variés, tant professionnels que personnels.
- Acquérir une démarche intuitive accélérée : Utiliser le questionnement structuré et le mind-mapping pour appréhender des situations avec une grande rapidité.
- Gérer les émotions en contexte contraint : Maintenir une neutralité émotionnelle pour garantir des perceptions fiables et des décisions éclairées, même en situation difficile.
- Modéliser dans l'espace : Représenter des lieux, objets ou situations de manière visuelle et concrète grâce à des outils comme la pâte à modeler ou les Lego.
- Respecter les cadres éthiques et légaux : Appliquer des compétences intuitives tout en respectant les règles morales, éthiques et légales en contexte contraint.

MODALITES DE SUIVI ET D'EVALUATION DU NIVEAU 3

Pendant la formation, les stagiaires sont invités à répondre à des questions de connaissance pour validation des acquis théoriques. Ils sont également supervisés par l'équipe pédagogique lors des sessions intuitives applicatives réalisées en binôme.

Cette formation en salle est consolidée par 1 session individuelle débriefée par un formateur attitré et une session accompagnée d'une heure, à distance.

Ils ont également accès à des visio-conférences trimestrielles pendant un an, à leur replay ;

Une plate-forme avec des vidéos complémentaires et des QCM de validation des acquis est mise à leur disposition pendant un an