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 et 2 - PACK

Modalité : présentiel

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.

OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Prendre conscience de son potentiel et maîtriser le processus intuitif
- Guider et s'autoguider 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 :

- Développement de l'acuité sensorielle
- Développement de la prise de conscience de nos processus d'interprétation analytique et de nos réactions émotionnelles ; développement de l'exploitation de ces processus
- Développement de la capacité de questionnement
- Développement de la capacité à distinguer notre subjectivité, (pensées, interprétations mentales, émotions) des informations intuitives
- Développement de la neutralité bienveillante dans son rapport à soi et aux autres
- Obtention d'informations descriptives et symboliques
- Modélisation des idées sous formes de langage, de croquis
- Maîtrise des 4 premières 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 et avec des résultats immédiats, dans les contextes de la prise de décision dans l'incertitude et de créativité-innovation.

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.

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,** assistant formateur, assurant les sessions intuitives accompagnées – Formation initiale ingénieur en informatique
- **Edouard Tardu,** assistant formateur et community manager, assurant les sessions intuitives accompagnées ; consultant en systèmes d'information et organisation pendant 8 ans. Formation initiale : master en finances

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 des deux niveaux de formation**, modules théoriques en elearning, avec explications, démonstrations pédagogiques, séances de questions-réponses, des expérimentations à réaliser en autonomie (accès pendant 1 an)

- **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
  - Pratiques monitorées par un formateur expert
  - 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 de plus de 70 pages, reprenant tous les points essentiels de la formation
- 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…).

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

DUREE : 5 jours soit 35 heures

DELAI D'ACCES

Les participants peuvent s'inscrire jusqu'à la veille de la formation ; pour chaque niveau, il leur est conseillé de visionner une heure de démonstration fournie dans le e-learning lors de leur inscription

SITUATION DE HANDICAP

Que la formation soit dispensée en présentiel ou en distanciel, nous avons à coeur 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.

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. Prendre conscience des processus cognitifs et physiologiques
4. Solliciter ses 5 sens et l'intuition du corps pour générer des idées
5. Stimuler son intuition et lever ses freins
6. Concilier intuition et intellect
7. Distinguer intuitions et interprétations
8. Gérer et utiliser ses émotions
9. Découvrir le potentiel de l'intention à travers différents exercices

OBJECTIFS DU NIVEAU 1

- Prendre conscience de son potentiel et maîtriser son processus intuitif
- Discerner son intuition des interprétations mentales et de la subjectivité
- Développer son acuité sensorielle
- Observer, écouter et exprimer toute pensée
- Lâcher prise et exprimer sa créativité
- Décider en situation de cécité
- Guider et s'autoguider avec pertinence dans la démarche intuitive
- Faire confiance à son intuition au quotidien en appliquant la méthode

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 sont également accompagnés une fois par un formateur dans une session intuitive.

Ils ont également accès à des visio-conférences mensuelles pendant un an ainsi qu'aux replays.

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

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, par rapport au niveau 1. 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

- Accélérer et améliorer votre pratique
- Aller chercher de l'information pour agir dans des situations complexes et variées
- Apprendre à se poser les bonnes questions pour prendre les bonnes décisions
- Savoir lâcher prise pour mieux être maître de soi et de sa pratique
- Approfondir la connaissance de soi
- Rester neutre, objectif et bienveillant dans son rapport à soi et aux autres
  Comprendre la science de l'intention

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 sont également accompagnés une fois par un formateur dans une session intuitive.

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