

**PROGRAMME DE LA FORMATION : DEVELOPPEZ VOTRE INTUITION**  
**« Connaissance et Développement des Processus Cognitifs Intuitifs**  
**-Créativité et décision en situations d'incertitude et d'urgence- »**  
**Développez votre intuition niveau 1**

**Modalité : distanciel**

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

- 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

## COMPETENCES VISEES :

- Poser des diagnostics rapides et pertinents pour orienter les décisions en situation d'urgence.
- Exploiter son intuition pour être plus créatif dans des contextes contraints.
- Interroger et exprimer ses perceptions et idées de manière fluide, rapide et adaptée au contexte.
- Mettre en œuvre ses compétences décisionnaires pour orienter et conseiller autrui dans des contextes variés et exigeants.
- Définir avec précision les problématiques pour mieux orienter ses décisions et actions.
- Comprendre le processus intuitif et découvrir comment l'activer pour en faire un allié dans les choix du quotidien et les défis professionnels.
- Prendre des décisions avec confiance, même en situation d'incertitude ou d'urgence, en s'appuyant sur des ressentis et des intuitions éclairées.
- Explorer et collecter des informations sensorielles grâce à l'intuition, et les intégrer dans une réflexion globale et structurée.
- Développer sa créativité en exploitant des approches intuitives et sensorielles dans ses projets.
- Maîtriser les 3 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, 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.

Cette formation permet d'accéder au niveau 2 du parcours.

---

## MODALITES D'ENCADREMENT :

Que ce soit pour l'assistance pédagogique ou pour l'assistance technique, les stagiaires ont la possibilité de joindre notre équipe par plusieurs moyens :

- Directement par la plate-forme (icône en bas à droite de l'écran affiché en permanence)
- Mail à [secretariat@iris-ic.com](mailto:secretariat@iris-ic.com)

## 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

Vous trouverez dans ce parcours en ligne présenté en 13 modules :

- **6h30 de vidéos de théorie et d'exemples** (dont 1 module exclusif sur le *controlled remote viewing*) ;
- **3h de vidéos de démonstrations pédagogiques** ;
- 3h de questions-réponses en podcast audio ;
- **Une quinzaine d'exercices** proposés, incluant 2h de sessions guidées et 1h de débriefing des solutions ;
- Plus de 10h de sessions pratiques à réaliser en solo, à votre rythme ;
- **2 séances individuelles** d'une heure encadrées avec un formateur ou une formatrice pour pratiquer et poser vos questions en suspens.
- **30mn de débriefing** téléphonique sur une pratique réalisée en autonomie
- Le livret de 50 pages ;
- Un accès aux **visioconférences mensuelles** (1h) et à tous les replays ;
- Des QCM de validation des acquis

## LE PROGRAMME

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

## MODALITES DE SUIVI ET D'EVALUATION

Tout au long du parcours, les participants sont invités à répondre à des QCM en ligne avec un QCM final.

Par ailleurs, les participants sont accompagnés individuellement par un formateur ou une formatrice :

- **2 séances individuelles** d'une heure pour pratiquer et poser vos questions en suspens.
- **30mn de débriefing** téléphonique sur une pratique réalisée en autonomie

Les participants ont accès à des visio-conférences trimestrielles pendant un an, avec accès aux replays

## DELAI D'ACCES

La formation est disponible immédiatement après l'inscription en ligne.

## 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](mailto:secretariat@iris-ic.com).