

Pause Intérieure

Bruxelles

Décembre & janvier

PARCE QUE LES GRANDES IDÉES NAISSENT PARFOIS
DANS LES MOMENTS SUSPENDUS

Brainstorming: quand la tempête de cerveau tourne petite bourrasque

Brainstorming: nous l'imaginons comme un orage d'éclairs créatifs, une déferlante d'idées brillantes ; et c'est une douce illusion. Les participants produisent en réalité plus d'idées lorsqu'ils travaillent seuls. Des études le confirment : **la dynamique de groupe freine la créativité** au lieu de la libérer. Non pas parce que les personnes sont incompetentes, mais parce que la dynamique de groupe est profondément imparfaite. **Faut-il pour autant renoncer au collectif ? Non. Il s'agit de repenser la manière dont on le mobilise.** Il est plus pertinent de laisser chacun penser d'abord de son côté, avant de mettre les idées en commun de manière structurée.

Rendre au brainstorming son humeur d'orage fertile

Il ne s'agit donc pas de réunir des cerveaux en espérant qu'un miracle surgisse, mais de **permettre à chacun d'accéder à sa propre richesse intérieure, avant de la mettre en dialogue.** Ce n'est qu'à cette condition que le collectif peut devenir créatif, non par accumulation, mais par résonance.

Pour faire pleuvoir les bonnes idées, mieux vaut semer individuellement avant de récolter ensemble.



Quid de la prise de décision ?

Attention aux deux ennemis du discernement : les biais cognitifs, ces distorsions invisibles qui influencent notre jugement, **et le bruit,** cette variabilité aléatoire qui fait que deux décisions similaires peuvent aboutir à des conclusions radicalement différentes. Quoi faire ? **Adopter une hygiène de la décision :** des processus structurés, des cadres clairs, des méthodes qui disciplinent le jugement sans l'enfermer, et qui permettent de s'affranchir, autant que possible, des interférences mentales qui brouillent la lucidité.

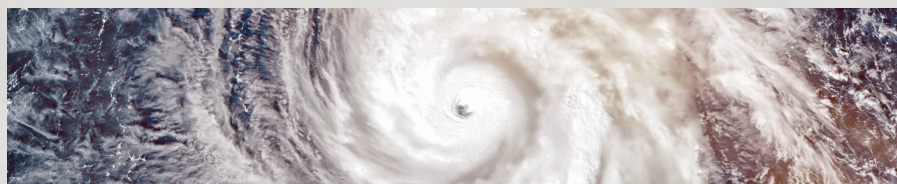
**L'INTELLIGENCE COLLECTIVE NE SE CONSTRUIT
NON PAS EN AGITANT DES CERVEAUX ENSEMBLE,
MAIS EN LES ÉCOUTANT SÉPARÉMENT,
PUIS EN LES ACCORDANT FINEMENT.**



WWW.EMANCIPE.BE

FORMATIONS

INFORMÉ AUJOURD'HUI, TRANSFORMÉ DEMAIN



COMMUNICATION NONVIOLENTE

DÉBUT: 2 FÉVRIER / 390 EUROS

Ecouter et s'écouter pour de vrai. Une posture, une présence, une transformation. Apprenez à vous exprimer sans blesser, à entendre sans vous perdre, à construire des relations solides, même dans le désaccord. **Les clés d'une communication qui relie, apaise, pacifie.**

POSER LES BONNES QUESTIONS

29 & 30 JANVIER / 270 EUROS

Éclairez l'implicite, explorez l'explicite. **Maîtrisez l'art du questionnement** pour clarifier, approfondir et éclairer vos échanges en entretien. Apprenez à poser les bonnes questions pour guider vos interlocuteurs vers des réponses clés. Dynamisez vos entretiens avec des questions qui ouvrent des perspectives inédites.

JOURNÉE DÉCOUVERTE EN PNL

16 JANVIER / 50 EUROS

Initiation à la PNL: théorie + pratique. Cette journée vous invite à faire **une pause, à observer vos fonctionnements, à expérimenter des outils simples et puissants: une opportunité d'explorer vos automatismes et de choisir de nouvelles façons d'interagir.** "Le seul véritable voyage, le seul bain de Jouvence, ce ne serait pas d'aller vers de nouveaux paysages, mais d'avoir d'autres yeux, de voir l'univers avec les yeux d'un autre, de cent autres, de voir les cent univers que chacun d'eux voit, que chacun d'eux est," Marcel Proust

NIVEAU 1: TECHNICIEN EN PNL

DÉBUT 8 JANVIER / 560 EUROS

Ce premier module de la formation Technicien en PNL vous initie à une nouvelle manière de communiquer, aussi bien avec vous-même qu'avec les autres. **Une exploration en profondeur de nos mécanismes internes pour mieux saisir comment nous pensons, ressentons et interagissons.**

DEDANS, DEHORS, QUI DÉCIDE ?

20 JANVIER / GRATUIT

Et si nos relations étaient façonnées par des frontières dont nous n'avons même pas conscience ? Ces lignes invisibles, parfois protectrices, parfois étouffantes, déterminent silencieusement qui entre et qui reste à l'écart, qui prend la parole et qui se tait, qui dirige et qui suit. Les comprendre, c'est déjà transformer la manière dont nous travaillons, coopérons et faisons vivre nos collectifs.

CERTAINES RELATIONS NOUS ÉPUISENT, POURQUOI ?

16 JANVIER / GRATUIT

Dans nos journées, nous passons d'une activité à l'autre, mais aussi d'un type d'interaction à l'autre : bonjour échangé à la volée, conversation plus profonde, rituels du quotidien, jeux de pouvoir ou échanges authentiques. Selon l'AT, il existe 6 manières de structurer notre temps relationnel et chacune répond à un besoin fondamental...