

# Prise de décision

Référence : RESEP121

Durée : 2 jours

Certification : Aucune

## CONNAISSANCES PREALABLES

- Aucun prérequis nécessaire.

## PROFIL DES STAGIAIRES

- Cette formation Prise de décision de deux jours s'adresse aux personnes qui souhaitent améliorer leurs capacités de prise de décision.

## OBJECTIFS

- Découvrir son processus de décision. • Atténuer les pièges de la prise de décision individuelle. • Intégrer la place des émotions dans ses décisions. • Appliquer un processus rationnel lors de ses décisions. • Prendre les meilleures décisions en situation complexe.

## CERTIFICATION PREPAREE

Aucune

## METHODES PEDAGOGIQUES

- Mise à disposition d'un poste de travail par stagiaire
- Remise d'une documentation pédagogique numérique pendant le stage
- La formation est constituée d'apports théoriques, d'exercices pratiques, de réflexions et de retours d'expérience
- Le suivi de cette formation donne lieu à la signature d'une feuille d'émargement

## FORMATEUR

Consultant-Formateur expert Efficacité professionnelle

## METHODE D'EVALUATION DES ACQUIS

- Auto-évaluation des acquis par le stagiaire via un questionnaire
- Attestation des compétences acquises envoyée au stagiaire
- Attestation de fin de stage adressée avec la facture

## CONTENU DU COURS

### Découvrir son processus de décision

- Identifier les mécanismes cognitifs lors de la décision : Le cerveau, une incroyable machine à décider - Les 4 étapes de la prise de décision - Outil-clé : options, évaluation, choix, anticipation
- Reconnaître son processus décisionnel : Raison, émotion, intuition, le cocktail idéal de la prise de décision - Profils préférentiels lors de la prise de décision - Instant déclic : décider n'est pas seulement rationnel
- Evaluation : mes stratégies de prises de décision

### Atténuer les pièges de la prise de décision individuelle

- Caractériser les biais cognitifs : Le traitement de l'information - Les distorsions - Instant déclic : un biais cognitif ne se corrige pas !

- Déjouer les principaux biais : Affaiblir, distancer, partager - Les 4 règles d'or du lâcher-prise - Action : enjeux de 4 biais cognitifs et solutions
- Evaluation : matrice d'actions-type

### Intégrer la place des émotions dans ses décisions

- Décider avec ses émotions : L'influence des émotions lors de la prise de décision - Les émotions anticipées - Action : jeu de l'ultimatum
- Décider avec ses valeurs : Les valeurs personnelles au service de la prise de décision - Les marqueurs somatiques - Vidéo : « comment faire des choix difficiles »
- Evaluation : mon échelle de valeurs décisionnelles

## **Appliquer un processus rationnel lors de ses décisions**

- Définir l'objet de la décision et imaginer les options :  
Objet, objectifs et critères - La cotation des options - Action :  
étude de cas
- Anticiper et décider : Les risques et les opportunités - Le moment du choix et les clés de la mise en œuvre - Innov'atout : outil DIAD
- Evaluation : feedback personnalisé

## **Prendre les meilleures décisions en situation complexe**

- Décider dans des contextes de pression : Pression du temps, pression des enjeux - Les techniques accélérées de prises de décision - Jeu : perdu en mer
- Décider dans l'incertitude : Complexité et clés de systémique - L'intuition au secours de la décision - Action : cas pratique
- Evaluation : challenge digital en équipe

*Notre référent handicap se tient à votre disposition au 01.71.19.70.30 ou par mail à [referent.handicap@edugroupe.com](mailto:referent.handicap@edugroupe.com) pour recueillir vos éventuels besoins d'aménagements, afin de vous offrir la meilleure expérience possible.*