

# — Intelligence Authentique —

*Un processus itératif de 4 jours  
pour travailler sur la découverte de soi  
et la compréhension des mécanismes qui nous influencent.*

*Revenir à soi, comme observateur et redevenir acteur*

## Programme

*4 jours soit 28 heures • 1022.00 H.T. par stagiaire*

*C'est aussi développer une posture plus ancrée,  
plus consciente et plus authentique dans l'ensemble de nos interactions.*

### Objectifs pédagogiques

---

La formation Intelligence Authentique vise le développement de compétences transversales de connaissance de soi, de discernement et de posture professionnelle. Elle permet aux participants d'analyser leur fonctionnement intérieur, de mieux comprendre leurs réactions et d'adopter une posture plus consciente et ajustée dans leurs contextes professionnels et relationnels.

- Décrire son fonctionnement intérieur (émotionnel, mental, corporel) dans une situation donnée
- Identifier l'origine de ses réactions et mécanismes automatiques
- Analyser ses polarités internes et leurs impacts sur ses comportements
- Prendre du recul face à une situation chargée émotionnellement
- Mobiliser une posture de centrage pour ajuster sa réponse
- Assumer une responsabilité relationnelle plus consciente



Éric ROCHE — Directeur pédagogique du programme Intelligence Authentique

40, rue Jean Jaurès 67300 Schiltigheim, France — SIRET : 829 268 853 00035 — Code APE : 85.59B — T.V.A. NON APPLICABLE, Art. 293 du CGI

Dispensé d'immatriculation au registre du commerce et des sociétés (RCS) et au répertoire des métiers (RM) — Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 44670873367 auprès du préfet de la région Grand Est

# — Intelligence Authentique —

— Programme détaillé —

## Journée 1 : Remettre en question pour innover\_\_\_\_\_

1. Une démarche authentique : débiter et présenter le stage Intelligence Authentique
2. Faire connaissance : rentrer en profondeur en Soi
3. Représentation symbolique de l'état dans lequel nous menons nos vies
4. Clarifier les directions que prendra le stage
5. Se représenter 3 niveaux de notre nature humaine et pointer celui sur lequel nous avons le plus de capacités pour agir sur soi
6. Clarifier le principe de dualité dans lequel nous existons
7. Proposer un principe supplémentaire pour envisager le changement
8. Pratiques de mouvements, pour réveiller le corps
9. Réfléchir sur ce qui nous constitue et nous meut au quotidien, (trop) souvent par automatismes
10. Renforcement clarifié des objectifs du stage
11. La qualité de la Relation ; soi et l'altérité
12. Expérience de groupe sur la conscience
13. Éprouver son énergie directement dans son corps

1

Vous ouvrirez un regard neuf sur la manière dont nous fonctionnons humainement. Vous serez initiés à des réflexions et des pratiques de dévoilement de ressources personnelles profondes et qui vous permettront de renouer avec votre propre principe directeur.

En vous engageant dans un travail d'introspection, vous prendrez conscience de vos schémas mentaux, de vos automatismes et de vos réactions émotionnelles.

clarté  
— cohérence —  
choix conscient

# — Intelligence Authentique —

## Journée 2 : Revenir à votre essence \_\_\_\_\_

1. Synthèse de la journée passée
2. Vérifier notre connaissance de soi-même
3. Étude de ce qu'est notre ego
4. Observation de la Mécanique des habitudes
5. L'escalier du Travail sur soi-même
6. Agir à partir de ce qui est vivant et ancré dans le réel
7. Approfondir et traduire les principes en formules, pour un usage concret
8. Que faire quand il n'y a pas l'équilibre pour appliquer une formule ?
9. 3 valeurs fondamentales pour la nourriture de notre être
10. Travail sur la qualité du rapport à soi et pour sortir de l'illusion des automatismes

2

Vous serez guidés vers un recentrage profond sur ce qui compte réellement pour vous. À travers des expérimentations personnelles concrètes, vous serez invités à rencontrer vos propres solutions, celles qui émergent lorsque l'on prend le temps d'écouter ce qui se joue en soi.

Cette immersion vous aidera à aligner davantage vos actions avec vos valeurs intimes et à prendre des décisions en harmonie avec votre identité réelle. En affinant votre capacité d'observation intérieure, vous deviendrez plus attentif à ce qui vous anime, à ce qui vous bloque et aux pistes qui s'offrent à vous.

s'observer  
— s'accueillir —  
s'accepter

# — Intelligence Authentique —

## Journée 3 : Cultiver la qualité de la relation \_\_\_\_\_

1. Synthèse des journées passées
2. Travail conscient sur notre profondeur
3. Se représenter consciemment la réconciliation à notre relation au monde extérieur
4. Pouvoir choisir entre nos empêchements et notre responsabilité
5. Mettre en pratique notre rapport à la Responsabilité, en partant du corps
6. Notre perception des attitudes d'autrui
7. Les 3 niveaux dans nos « jeux d'acteurs »
8. Ce que j'ai oublié de moi et qui est caché...
9. S'exprimer grâce à sa créativité personnelle en permettant à quelque chose de neuf de surgir au service du changement et recevoir les cadeaux offerts par le groupe
10. Exercice pour la suite : Réfléchir à une INTENTION à poser pour le jour qui vient

3

Vous mettrez l'accent sur la manière dont vous pouvez agir en alignement profond avec vos valeurs et vos convictions personnelles. Vous apprendrez à prendre des décisions qui reflètent véritablement qui vous êtes, en vous appuyant sur une compréhension plus fine de votre identité intérieure.

Cette étape vise également à renforcer la confiance en soi, en vous reconnectant à votre responsabilité personnelle : celle d'être acteur de votre vie, de vos choix et de la façon dont vous vous positionnez dans le monde.

confiance en soi  
— responsabilité véritable —  
relation à soi et au monde

# — Intelligence Authentique —

## Journée 4 : S'engager avec authenticité\_\_\_\_\_

1. Synthèse des journées passées
2. Poser mon INTENTION du jour, en attirant le futur à soi
3. Ce que je suis ; ce que je cherche... Et que peut l'Autre pour moi ?
4. Travail de dévoilement sur ce qui résonne en moi-même
5. Ce qui se manifeste à travers moi...
6. Donner & recevoir
7. Bilan individuel à concrétiser pour soi
8. Mon intention du jour, posée le matin même
9. Je m'adresse à moi-même

4

Enfin, vous serez invités à poser un engagement authentique envers vous-même et envers ce que vous souhaitez créer pour attirer l'avenir à vous. À travers différentes expériences d'introspection et de projection, vous serez guidés pour clarifier vos ambitions, tant professionnelles que personnelles, en vous appuyant sur ce qui fait sens en vous.

Vous explorerez vos véritables aspirations et les intentions qui peuvent orienter votre trajectoire. L'objectif est de vous permettre de formuler une vision vraie et inspirante, ancrée dans la beauté, puis de repartir avec des outils concrets pour transformer ces intentions en actions durables et en savoir-être dans votre quotidien.

adopter une communication objective et bienveillante  
— apprendre à offrir et à recevoir —  
s'investir avec cœur et énergie créatrice

# — Intelligence Authentique —

## — Informations pratiques —

### Prérequis :

Aucun prérequis spécifique n'est nécessaire.

Si ce n'est une réelle démarche personnelle.

### Public concerné :

Professionnels, managers, accompagnants, indépendants, salariés, toute personne souhaitant développer ses compétences relationnelles, émotionnelles et de discernement.

### Moyens Pédagogiques :

Accompagnement individuel ou en groupe,

Cadre sécurisant et confidentiel, construit conjointement

Idéalement : Présentiel – Formation expérientielle et participative

Formation accessible en ligne,

Accessible aux personnes en situation de handicap,

Assistance téléphonique après la formation si besoin,

Paper-board.

### Coût pédagogique :

Formation en Inter 1022,00 H.T. par stagiaire

Formation en Intra me contacter

Plus frais liés, si applicables

### Lieux et dates :

Alsace (Strasbourg, Colmar, Mulhouse), France entière

### Horaires :

Matin 9h-12h30

Après-midi 13h30-17h00

### Effectif par session :

6 Min., 8 Max. pers.

### Matériel utile :

Bloc-notes et stylo

### Modalité d'évaluation en amont :

Un entretien avec le commanditaire ( en Inter )

Questionnaire des attentes et intentions exprimées

### Modalité d'évaluation en aval :

Fiche d'acquisition des compétences pour auto-positionnement du stagiaire en fin de formation.

Échanges de clôture.

Questionnaire de satisfaction à chaud.

Attestation de formation.

Certificat de réalisation.

### Intervenant :

Eric ROCHE — Directeur pédagogique et animateur du programme *Intelligence Authentique*

### Durée :

4 jours soit 28 heures

### Formacode :

Relations Interpersonnelles  
15034

### Nature des travaux

#### demandés aux stagiaires :

Exercices pratiques :

Plan d'action individuel :

Élaboration d'un plan pour appliquer les compétences acquises.

Feedbacks constructifs :

Échanges entre pairs pour renforcer l'apprentissage.

#### À l'issue de cette formation les participants seront capables :

À l'issue du stage *Intelligence Authentique*, le participant a développé une meilleure compréhension de son fonctionnement intérieur et une capacité accrue à se relier à une conscience stable, lucide et centrée, lui permettant d'agir avec plus de justesse dans sa vie professionnelle, personnelle et relationnelle.

Les compétences développées relèvent de :

#### Savoir

Compréhension des mécanismes internes, des polarités, du fonctionnement émotionnel

#### Savoir-faire

Prendre du recul, se recentrer, analyser une situation, ajuster une posture

#### Savoir-être professionnel

Responsabilité relationnelle, présence, discernement, stabilité émotionnelle

### Modalités de formation en FOAD (formation à distance)

La formation pourra être suivie via soit la plateforme ZOOM, soit la plateforme TEAMS. Le formateur vous indiquera sur quel support la formation sera dispensée.

Pour pouvoir suivre cette action de formation dans de bonne condition, une simple connexion à l'Internet et une webcam seront nécessaires.

En cas de souci de connexion, le formateur sera disponible via le numéro de téléphone indiqué dans votre convocation.

Évaluation continue pendant la formation à travers de nombreux exercices pratiques à réaliser en ligne avec un corrigé fait par le formateur.

Durant la formation, le formateur complètera votre fiche d'acquisition des compétences qui sera à votre disposition sur simple demande auprès de ce dernier.

# — Intelligence Authentique —

## — Modalités d'accès à la formation —

### **Prise de contact initiale**

---

Les demandes d'information ou de contacts peuvent être formulées :

- Par e-mail à [contact@intelligence-authentique.fr](mailto:contact@intelligence-authentique.fr)
- Via le module de prise de rendez-vous disponible sur le site Internet <https://Intelligence-authentique.fr>

Je m'engage à répondre à toutes les demandes dans un délai maximum de 48 heures ouvrées.

Pour les nouveaux clients :

Un entretien téléphonique ou (de préférence) en visioconférence sera organisé pour :

- Identifier vos besoins et vos objectifs.
- Vous présenter mon approche et le processus du programme en 4 jours.
- Proposer un devis ou une offre adaptée sous 48 heures suivant cet échange.

### **Vous êtes déjà client ?**

---

Vous pouvez me contacter directement par e-mail sur [contact@intelligence-authentique.fr](mailto:contact@intelligence-authentique.fr).

Réponse sous 24 heures ouvrées.

**Les formations débuteront après la validation des inscriptions.**

### **Prise en charge des Personnes en Situation de Handicap (PSH)**

---

Je suis engagé à rendre mes formations accessibles à tous. Si vous êtes en situation de handicap, merci de me le signaler lors de la prise de contact.

Je vous accompagnerais pour adapter mes modalités pédagogiques ou organisationnelles à vos besoins spécifiques.

Pour toute question ou besoin d'accompagnement, contactez-moi à [contact@intelligence-authentique.fr](mailto:contact@intelligence-authentique.fr).