



# Discerner pour décider

Y voir plus clair pour prendre des décisions avec tout son être !



## Présentation

Cette session vise à acquérir une démarche permettant de prendre des décisions professionnelles éclairées à partir des connaissances en neurosciences et de la pratique ignatienne.



## Public et prérequis

Toute personne pouvant s'appuyer sur des expériences de prise de décision individuelle à impacts collectifs, dans un cadre professionnel ou associatif, et être en capacité de les partager. Aucune connaissance préalable de la démarche ignatienne n'est requise



- Un croisement inédit de l'apport des neurosciences et de la tradition ignatienne, issu d'un travail de recherche commun
- Une méthode appropriable par tous
- Un dynamique de groupe favorisant l'éclairage mutuel dans le respect de chacun



## Objectifs

Acquérir une méthode de discernement qui permet

- de faire des choix en plus grande liberté
- de prendre ces décisions en référence à un corpus de valeurs explicites communes
- de développer des attitudes d'écoute et de décision incluant davantage de recul
- d'être plus attentif au référentiel des partenaires de projet
- de prioriser les critères/objectifs
- de développer l'écoute de soi et des autres

Découvrir ou approfondir une pratique qui favorise une meilleure connaissance de soi

Permettre un partage d'expériences qui conduit à un enrichissement personnel



## Contenu

---

- Apports neuroscientifiques sur les mécanismes de la prise de décision. Description des quatre étapes impliquées. Rôle des émotions dans l'orientation des actions. Repérage des biais décisionnels et possibilités d'ajustements.
- Présentation de la démarche ignatienne de prise de décision. Place du ressenti dans le jugement, rapport au temps, intégration des émotions et des valeurs personnelles.
- Comparaison des deux approches. Applications pour conjuguer raison, intuition, émotions, sensations et connaissance de soi dans les décisions complexes.



## Méthodes pédagogiques et modalités d'évaluation

---

- Apports scientifiques sur les modalités de prise de décision,
- Etude de cas et partage en groupe,
- Relecture d'une prise de décision personnelle,
- Echanges à partir de la pratique du discernement,
- Proposition d'approfondissements.

L'évaluation de l'atteinte des objectifs sera mesurée à l'issue de la formation et donnera lieu à la délivrance d'une attestation de formation.



## Intervenants

---

**Claire Brun**, Professeur de génétique et neurophysiologie, co-responsable du pôle *Biosciences, Technologies et Éthique*, Unité de Recherche « Confluence, Sciences et Humanités » de UCLy, responsable pédagogique de formations pour adultes, conférencière.

**Noëlle Favet**, religieuse ignatienne, Docteur en biologie moléculaire, membre de l'UR « Confluence, Sciences et Humanités », responsable de formation vie spirituelle et discernement.

**Durée : 7 heures**

**Date : 9 juillet 2021 / 8h30-17h00**

**Lieux : UCLy, Campus St Paul**

**Tarif : 350 € (repas inclus)**

Information et inscription :

AFPICL - 10 place des Archives - 69288 Lyon Cedex 02 – Tél : 04 72 32 51 34 – fc@univ-catholyon.fr  
Siren : 326 930 062 – n° URSSAF 1 366 471 - Enregistrée sous le n°82 69 06926 69