

La prise de décision

Qui n'a jamais dû prendre une décision importante, dans un moment stressant, en manquant d'informations ou de temps pour y réfléchir ?

Les conséquences de cette décision prise dans l'urgence ont pourtant pu être positives, car en faisant appel à l'intuition (et donc à l'expérience passée) votre cerveau aura peut être proposé une bonne solution.

À l'inverse il se dit que la cause la plus fréquente d'échecs est l'indécision, celle qui fait rater une bonne opportunité, car malgré une réflexion minutieuse le doute s'installe et l'on tourne en rond sans se décider (procrastination).

Paradoxalement la multiplication des sources d'information grâce à Internet, l'augmentation de l'offre en toute chose rend souvent nos décisions plus difficiles à prendre et leurs résultats frustrants une fois prises, car on se dit que l'on aurait pu faire mieux !

En effet, les processus de la prise de décision, font appel à des mécanismes cérébraux complexes qui permettent de sélectionner des actions possibles à entreprendre parmi différentes alternatives.

Les décisions à prendre peuvent être personnelles ou collectives, basées sur des arguments rationnels ou intuitifs, et parfois tout simplement en laissant agir le hasard.

La personnalité, les expériences passées, les réactions émotionnelles influencent le processus et comme pour un sportif, l'entraînement avec méthode et routine, facilite la prise de décision rapide et efficace.

L'objet de ce séminaire, est de réfléchir ensemble de manière pragmatique sur les différents type de décision, étudier comment anticiper l'incertitude.

On s'intéressera notamment aux aspects émotionnels qui influencent la prise de décision.

Une attention spéciale sera portée à la peur de l'échec et la meilleure compréhension de l'échec comme facteur de rebond conduisant au succès .

Enfin quelques méthodes d'aide à la décision, simples et avérées, seront proposées.

Ce séminaire s'adresse aux personnes confrontées, dans leur vie personnelle ou professionnelle, à la prise fréquente de décision, qui souhaitent améliorer leur efficacité et réduire le risque d'échec lié à l'incertitude. Ceci grâce à une meilleure connaissance des processus décisionnels et une meilleure maîtrise de leurs propres réactions face à la prise de décision.

Jean-Yves Wessely
2020