

Quelles méthodes d'apprentissage collectif au changement en s'appuyant sur l'intelligence collective ?

Animé par Pierre Moorkens, le troisième atelier de la journée ICF France dédiée aux neurosciences avaient pour objectif de travailler sur [la bascule en mode adaptatif en intelligence collective](#).

En cercle, les participants ont pris part à une démarche en cinq étapes sur la résolution de difficultés grâce au mode adaptatif et au lâcher-prise.

- 1. Recherche.** Tout d'abord, les participants ont eu une minute pour réfléchir à une difficulté qu'ils rencontrent et la noter.
- 2. Partage.** Chaque participant a expliqué au groupe ce qu'il souhaitait surpasser.
- 3. Réflexion collective.** Pendant 3 minutes, le groupe a ensuite lancé différentes solutions pour résoudre ce problème. L'objectif de cette séquence était de lâcher prise sur le mental, d'écouter toutes les propositions, des plus sérieuses aux plus farfelues, de contacter ses ressentis sans filtrer les résultats de l'avalanche d'idées et sans y réfléchir.
- 4. Résolution.** Les différentes propositions, notées par un scribe, ont ensuite été relues à la personne dont on cherchait à résoudre le problème. Elle a ainsi pu choisir les propositions et idées qu'elle souhaitait garder tout en répondant à la question «qu'est-ce que ça fait de recevoir et d'exprimer ?»
- 5. Restitution.** Pour terminer, les participants ont dessiné tous ensemble ce qu'a représenté la séquence. Ce dessin a été collectif et n'a pas été décrypté par la suite pour mieux se libérer des représentations et continuer à lâcher prise.

Grâce à cet exercice axé sur le lâcher-prise du mental, les participants sont entrés en mode adaptatif, qui leur a permis de trouver collectivement des solutions auxquelles ils n'auraient pas pensé sans être ouverts à toutes les idées.