FICHE PROGRAMME

Créativité individuelle : la compétence humaine à l'ère de l'IA

Module adaptatif | ~20 min

Plus l'IA progresse, plus la créativité humaine prend de la valeur : le Forum économique mondial la classe quatrième compétence la plus critique pour 2030. Ce module la traite non comme un don réservé à quelques-uns, mais comme une compétence qui s'entraîne, appuyée sur les neurosciences, des pratiques quotidiennes et un usage de l'IA qui l'augmente au lieu de l'écraser. Car si l'IA dépasse déjà l'humain moyen, les plus créatifs, eux, restent loin devant.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

01 Comprendre que la créativité n'est pas un don mais une compétence, favorisée par les moments de repos et de vagabondage.

02 Cultiver sa créativité par des pratiques quotidiennes : carnet d'idées, temps vides, morning pages, curiosité dirigée.

03 Travailler avec l'IA en pensant d'abord soi-même, puis en l'utilisant comme déclencheur, miroir critique ou combinateur.

04 Lever l'auto-censure — peur du jugement, perfectionnisme, utilité immédiate — par la quantité, le « oui et » et le premier jet imparfait.

PUBLIC CONCERNÉ

Tous ceux qui veulent cultiver leur créativité au travail et la faire grandir avec l'IA, pas seulement les métiers créatifs.

- **Prérequis :** aucun

DÉROULÉ DU MODULE

En autonomie, avec un entraînement adapté à l'apprenant.

1 **Autodiagnostic** : sur 9 dimensions pour situer ses pratiques et orienter l'entraînement.

2 **Vidéo d'expert** : de 10 minutes, ponctuée de 3 pauses de réflexion.

3 **Mises en situation** : 2 premières situations sélectionnées à partir de l'autodiagnostic, puis 16 autres facultatives. Chaque réponse reçoit un retour pédagogique : ses effets et une piste pour progresser.

4 **Engagement daté** : une action à essayer, rédigée par l'apprenant ou choisie parmi les propositions.

5 **Fiche mémo à télécharger** : repères clés, questions, engagement, notes personnelles et check-lists.

UN EXEMPLE PARMI LES SITUATIONS PROPOSÉES

Marco, responsable des achats, doit proposer lundi trois pistes pour réduire les délais fournisseurs. On est jeudi. Il connaît le sujet, mais sa page reste vide depuis une demi-heure. Un assistant IA est disponible. Comment se lancer, et à quel moment faire appel à l'IA ?

ÉVALUATION ET VALIDATION

Seuil : 80 %

Le score prend en compte les réponses aux mises en situation, l'engagement formulé et, le cas échéant, les activités d'apprentissage complémentaires. La validation requiert un engagement et un score d'au moins 80 %.

MÉTHODES & MODÈLES

- Principe « Think First, ChatGPT Later » — Wong & Qiu (2026)
- Default Mode Network — réseau identifié par Marcus Raichle (2001), lien avec la créativité étudié par Roger Beaty et al.
- Morning pages — Julia Cameron, « The Artist's Way » (1992)
- 3 usages de l'IA (déclencheur, miroir critique, combinateur) et 3 pièges associés — méthode Afthonios

SOURCES & RÉFÉRENCES

- Forum économique mondial — « Future of Jobs Report » 2025 : la pensée créative, 4e compétence cœur, en hausse d'ici 2030
- Université de Montréal (Jerbi, Bellemare-Pépin et al.) — Scientific Reports, 2026 : l'IA dépasse la moyenne humaine, mais le top 10 % des humains reste loin devant
- Cambridge Judge Business School (Kim et al.) — Information Systems Research, 2025 : la créativité humain-IA exige des rôles définis et un co-raffinement
- Wong & Qiu — « Think First, ChatGPT Later », Educational Psychology Review (Springer), 2026

Module créé par Afthonios.com.

Contenu vérifié le 04/10/2026