

Préserver son discernement humain à l'ère de l'IA

6 modules

~2 h en Module adaptatif

~1 h en Vidéo de formation

1 module par semaine

Aider vos équipes à travailler avec l'IA tout en gardant un jugement autonome. Ce parcours développe la capacité à questionner les réponses, repérer ses propres biais et choisir ce que l'on délègue. Il aborde aussi les habitudes qui préservent les capacités humaines, la qualité des relations et la responsabilité sur son travail.

PUBLIC CONCERNÉ

Collaborateurs et managers qui utilisent déjà l'IA pour produire, analyser ou décider.

- **Prérequis** : aucun

COMPÉTENCES TRAVAILLÉES

- Posture & discernement face à l'IA
- Prise de décision
- Collaborer & manager avec l'IA

LES SIX ÉTAPES DU PARCOURS

1 L'esprit critique à l'ère de l'IA : protéger son discernement

SEM. 1

Garder son esprit critique face aux réponses de l'IA, en s'appuyant sur la confiance en son propre jugement plutôt que sur la méfiance.

2 Mieux décider : repérer les biais avant qu'ils décident pour vous

SEM. 2

Repérer les biais qui faussent le plus les décisions au travail, y compris ceux que l'IA renforce, et disposer d'une parade pour chacun.

3 Décider avec l'IA, en conscience

SEM. 3

Décider en conscience de ce que l'on confie à l'IA, de ce que l'on décide avec elle et de ce que l'on garde pour soi.

4 Déléguer à l'IA sans s'atrophier : quelles capacités humaines préserver

SEM. 4

Identifier les capacités humaines à entretenir, pour que déléguer à l'IA n'émousse ni le jugement ni l'autonomie.

5 Quand l'IA devient un confident : garder la juste distance au travail

SEM. 5

Garder la juste distance quand l'IA devient un confident sur les questions de travail : ce qu'elle apporte, ses limites, ce qu'on ne lui confie pas.

6 Rester auteur de son travail à l'ère de l'IA

SEM. 6

Rester l'auteur de ce que l'on produit : repérer le moment où l'on ne fait plus que superviser l'IA, et cultiver ce qui fait la valeur de son apport.

— POURQUOI CE PARCOURS, MODULE PAR MODULE

- **L'esprit critique à l'ère de l'IA** — L'IA répond en quelques secondes, et la recherche récente (Swiss Business School, Microsoft Research) montre le prix de cette vitesse : plus on s'appuie sur elle, moins on exerce son esprit critique — le « délestage cognitif ».
- **Mieux décider** — Sur plus de 200 biais cognitifs documentés, le module retient les cinq qui faussent le plus les décisions au travail, avec pour chacun une parade concrète, et les biais que l'IA renforce.
- **Décider avec l'IA, en conscience** — En 2024, aucune de nos décisions n'était prise seule par une machine ; d'ici 2028, ce sera une sur sept, selon Gartner.
- **Déléguer à l'IA sans s'atrophier** — L'IA absorbe une part croissante de la rédaction, de l'analyse et des décisions, au risque d'une érosion silencieuse du jugement et de l'autonomie, l'« agency decay ».
- **Quand l'IA devient un confident** — La première raison d'utiliser l'IA générative n'est plus la productivité mais la thérapie et la compagnie (Harvard Business Review, 2025) — et ces confidences portent souvent sur le travail.
- **Rester auteur de son travail à l'ère de l'IA** — L'IA promettait de rendre le travail à l'essentiel ; dans les faits, elle installe souvent des contenus standardisés, ce « workslop » que 41 % des salariés disent avoir reçu le mois précédent (BetterUp–Stanford).

— FORMATS AU CHOIX

Module adaptatif (~20 min par module) : autodiagnostic, vidéo d'expert avec trois pauses de réflexion, mises en situation adaptées avec feedback du coach, engagement et fiche mémo.

Vidéo de formation (~10 min par module) : la vidéo d'expert et ses trois pauses de réflexion, à intégrer à vos propres formations.

— DÉPLOIEMENT ET SUIVI

Où : dans votre LMS (livraison SCORM) ou sur la plateforme Afthonios, au même tarif.

Rapport collectif inclus : présenté sur la plateforme Afthonios ; dans votre LMS, plus ou moins détaillé selon votre LMS et la version SCORM.

En option, sur devis : e-mails à J+1 et J+30 et partage de l'engagement avec le manager.

Langues : tous nos modules existent en français et en anglais. L'allemand, l'italien et l'espagnol sont disponibles sur demande, et nous pouvons ajouter d'autres langues selon vos besoins.

— PROPOSITION DE CALENDRIER

Un module par semaine, soit six semaines. Exemple d'organisation :

- **Avant la semaine 1** : annonce du parcours aux participants et à leurs responsables.
- **Semaines 1 à 6** : un module par semaine, en autonomie, ~20 min.
- **Après la semaine 3** : point d'étape possible à partir du rapport collectif (relance et repérage).
- **Après la semaine 6** : bilan collectif et choix des suites.

Le rythme et l'ordre peuvent être adaptés à vos publics et à vos formations existantes.

Adapter ce parcours à vos équipes ?

Composition, rythme et formats peuvent être ajustés avec vous.

connect@afthonios.com

afthonios.com/parcours/discernement-humain-ia