

GUILLAUME PELLET-BOURGEOIS CONFÉRENCIER



Comprendre vos **émotions**.
Maîtriser vos **décisions**.



CHERCHEUR EN **PRISE DE DÉCISION** **SOUS RISQUE ET PSYCHOPHYSIOLOGIE** **DES ÉMOTIONS**

20 ans d'expérience dans l'**accompagnement mental et sportif de haut niveau**, spécialisé dans la **prise de décision en situation d'incertitude**.

Coach mental – Accompagnement d'athlètes, de champions olympiques (JO, X Games...)

Chercheur – Master 2 Neuropsychologie et Neurosciences Cliniques

Moniteur de ski – Professeur/Formateur de futurs professionnels de la montagne – 400+ pros entraînés à Chamonix Mont-Blanc

Chroniqueur Harvard Business Review

Publication scientifique
dans *Psychology of Sport and Exercise*





En 2010, après avoir perdu son collègue et mentor dans une avalanche, une question obsède Guillaume :
**pourquoi, en montagne, les pros se font piéger...
sans s'en rendre compte ?**

"FACE À L'INCERTITUDE,
J'AI TOUT DE SUITE PENSÉ
AUX **ÉMOTIONS.**
**NOS MEILLEURES ALLIÉES...
MAIS AUSSI NOS PIRES
ENNEMIES** AU MOMENT
DE DÉCIDER"

LE PARADOXE DU LEADER

Comme le jour blanc qui déforme la réalité en haute montagne :



C'EST LE **PIÈGE INVISIBLE**.
 Vos **émotions biaisent** déjà vos **décisions**.

UNE ÉTUDE SCIENTIFIQUE PUBLIÉE EN AOÛT 2025

70 guides testés

Mesures physiologiques

Tâches de laboratoire

Tests psychologiques



The screenshot shows the ScienceDirect website interface. At the top, there are navigation links for 'Journals & Books', 'Help', 'Search', 'My account', and 'Sign in'. Below the navigation bar, there are buttons for 'View PDF' and 'Download full issue'. The main content area features the journal title 'Psychology of Sport and Exercise' (Volume 82, January 2026, 102974) and the article title 'Beyond age and expertise: Emotional intelligence and heart rate variability predict decision-making under risk in mountain-guide population'. The authors listed are Guillaume Pellet-Bourgeois, Pierrick Laulan, Layan Fessler, and Florent Lebon. A 'Recommended articles' section on the right indicates 'No articles found.' The left sidebar contains a table of contents with sections like 'Introduction', 'Method', 'Results', 'Discussion', 'Limitations', and 'Conclusion and perspectives'. At the bottom, there are social media sharing options (Add to Mendeley, Share, Cite) and a 'FEEDBACK' button.

Que ce soit dans un couloir d'avalanche ou en comité de direction,
le mécanisme émotionnel est le même face au risque.

ILS EN PARLENT...



Michael Truluck
CEO La Redoute International

*"J'ai eu l'occasion de faire appel à Guillaume pour une session de formation en anglais avec mon équipe de direction sur l'**intelligence émotionnelle** et la gestion du stress. Guillaume a animé une **journée de formation très authentique et inspirante**, qui a été très appréciée et utile tant sur le plan professionnel que personnel."*



Laurent Garet
CEO La Redoute Switzerland

*"Guillaume a réalisé pour nous une journée de formation sur l'**intelligence émotionnelle**. J'ai rarement connu **une journée de formation aussi complète** et pourtant j'en ai faite quelques-unes : une keynote passionnante pour poser le sujet en partageant son expérience personnelle (...), un workshop en situation et des outils concrets pour finir. **Absolument must do.**"*



Estelle Malet
DG Crédit Mutuel –
Savoie Mont-Blanc

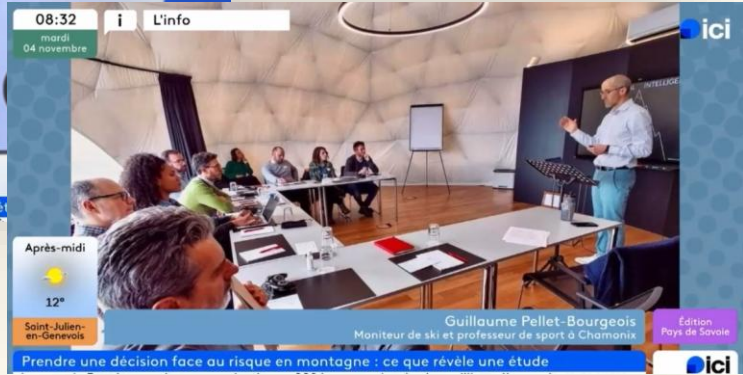
*"J'ai été particulièrement impressionnée par la capacité de Guillaume à **mêler expérience professionnelle et vécu personnel**. Son **approche scientifique** d'un domaine encore peu connu dans mon milieu professionnel a été déterminante **pour nous sensibiliser à ce sujet essentiel dans l'approche moderne du management.**"*



Marcela Perrone-Bertolotti
PhD Cognitive Psychology –
LPNC, CNRS

*"Guillaume a démontré une remarquable **capacité à conjuguer excellence académique et expertise professionnelle**. Son mémoire de recherche a apporté **un éclairage pertinent sur les mécanismes psychologiques impliqués dans la gestion du risque.**"*

DANS LES MÉDIAS...



COMMENT GÉRER SES ÉMOTIONS EN MONTAGNE ?

PREVENTION

6 | **Votre région** Politique & Territoires

Le Dauphiné Libéré
Jeudi 30 octobre 2025

Chamonix

Son étude sur le rôle des émotions dans la prise de risque validée par les scientifiques

Pays de Savoie • Les pneus froids obligatoires à partir de samedi

4 | **Votre région** Faits divers & Justice

Le Dauphiné Libéré
Lundi 9 novembre 2025

Chamonix (Haute-Savoie)

Moniteur de ski, il publie son étude sur la prise de risque en montagne

Le sujet d'étude de Guillaume Pellet-Bourgeois a été publiée en août dans le journal *Psychology of Sport and Exercise*. Photo: Le DLSV.

Le 1^{er} novembre au 31 mars prochain, dans l'ensemble des départements de la Savoie et de la Haute-Savoie, il sera obligatoire d'être équipé de pneus hiver ou d'avoir à disposition un dispositif antidérapant (chaînes ou chaînes à neige). La loi montagne imposant ces mesures est entrée en vigueur le 1^{er} novembre 2021. L'objectif est de réduire les risques d'accident liés à la conduite sur des sols froids, des routes enneigées ou verglacées. Sont soumis à la réglementation, tous les véhicules de quatre roues ou plus.

Ameyras. Rhône-Alpes • **Travail dissimulé et concurrence déloyale: les barbeshops dans le**

étude, des jeunes skieurs en formation à des guides très expérimentés de 50 ans en passant par des aspirants guides de l'École nationale de ski et d'alpinisme de Chamonix.

Dans ce parcours dédié à la pédagogie et à la formation, l'année 2010 vient perturber toutes ses certitudes. Son mentor et ami Jean-Noël Marty perd

réguler et utiliser ses émotions. Cette intelligence émotionnelle, détaille le scientifique, ce devient une donnée objective, dans le champ de la psychologie.

Sur la base de ces deux composantes, physiologique et psychologique, en confrontant ses

« Il faut

TROIS ÉTAPES, TROIS QUALITÉS

Étape 3
Équilibre émotionnel
pour faire preuve
de **courage**

Étape 2
Agilité
émotionnelle
pour rester
lucide

Étape 1
Conscience
émotionnelle
pour cultiver
l'humilité

Dans cette conférence,
vous allez comprendre
**pourquoi 90% des accidents
en montagne sont liés
à l'erreur humaine.**

ET VOUS,
EN ENTREPRISE,
**COMMENT ÊTES-VOUS
SÛR DE VOS CHOIX ?**



RESERVEZ VOTRE PROCHAINE CONFERENCE



www.brainyouup.com
guillaume@brainyouup.com
+33 6 18 41 56 45
[@decision__lab](https://www.instagram.com/decision__lab)

