



**Programme de formation**

**MIEUX SE CONNAITRE POUR MIEUX COOPERER – volet 2025**



## CONTEXTE

Notre rapport aux autres, notre management, notre communication sont autant d'aspects qui impactent notre quotidien professionnel à la fois en termes de performances que de qualité de vie au travail. Les évolutions d'une équipe (départ, arrivée, ré-organisation, ...) et l'intensification du travail collaboratif ou en projet, demandent aux managers et collaborateurs de savoir s'adapter de plus en plus vite à leurs interlocuteurs. Dans ce contexte, mieux se connaître et mieux comprendre le fonctionnement de l'autre offre l'opportunité de coopérations plus fluides pour toutes les parties prenantes, d'éviter que de petites frustrations s'installent et ne grandissent. Sans jugement, il est possible d'acquérir des méthodes concrètes pour mieux vivre les complémentarités de nos profils, améliorer l'efficacité de notre communication et dynamiser son équipe.

## INTENTION DE LA FORMATION

Mettez à profit le temps consacré à une journée d'équipe pour développer ses compétences relationnelles et permettre à chacun de mieux se connaître et de mieux comprendre les autres (équipes, partenaires, clients, fournisseurs...), tout en renforçant l'engagement de tous dans le fonctionnement de l'équipe.

## OBJECTIFS OPÉRATIONNELS ET ÉVALUABLES

À l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de

- Connaître ses modes de fonctionnement préférentiels pour s'appuyer sur ses atouts,
- Identifier à quel point d'autres fonctionnent différemment de lui
- Décrire les impacts des différences comportementales sur l'efficacité de notre communication
- Reconnaître les préférences comportementales de ses interlocuteurs (internes et externes)
- Décrire comment mieux se faire comprendre de tous ses interlocuteurs
- Identifier les complémentarités des préférences comportementales dans l'équipe au service de la mission de l'équipe

**Public cible :** salariés, managers

**Durée :** 9 heures/personne    **Nombre de stagiaires :** 6 à 12 stagiaires    **Programme daté du :** 17/07/2025

**Période envisagée pour la formation :** la formation est généralement disponible sous 2 mois

**Pré-requis :** Pas de pré-requis. Chaque stagiaire sera invité à renseigner en amont de la formation collective un questionnaire en ligne afin d'établir son profil de préférences comportementales.

**Modalités pratiques :** formation mixte : individuelle en distanciel(~2h/personne) puis collective en présentiel (7h).

- ✓ Présentation de la formation et du questionnaire à tous les participants : 15 min en distanciel
- ✓ Formation individuelle : 1h45 /personne en visio-conférence synchrone avec la formatrice.
- ✓ Formation collective : une journée de 7 heures en présentiel.

**Méthodes pédagogiques :**

- Le commentaire individuel et confidentiel du profil du stagiaire issu de ses réponses au questionnaire, permet d'apporter des notions nouvelles et de les transposer à des situations professionnelles, et de préparer le stagiaire à la journée collective.
- En collectif, chaque stagiaire restitue sa compréhension de ses préférences comportementales, complétée des apports du groupe et de la formatrice. L'équipe analyse ensuite le profil d'équipe et approfondit ses apprentissages par des jeux, travaux en sous-groupes, et mises en application sur des problématiques professionnelles.

**Moyens pédagogiques :** les profils de préférence comportementale établis avec le questionnaire Prédom®. Support de présentation Powerpoint de formation, support d'exercice pour les mises en situation.

**Moyens techniques :**



- Pour le temps individuel : communiquer au formateur une adresse mail, prévoir pour le participant un espace de confidentialité (bureau individuel, salle de réunion réservée) ainsi qu'un ordinateur muni d'un micro, d'une caméra et d'une connexion internet permettant une visio-conférence avec partage d'écran.
- Pour le temps collectif : salle adaptée à la formation pour le nombre de participants (paperboard, vidéoprojecteur), le reste du matériel est fourni par la formatrice.

**Modalité d'évaluation :** évaluations lors de la journée collective au cours de la restitution du profil individuel et des exercices d'application. Un point de suivi avec le commanditaire sera prévu après la formation.

**Validation de la formation :** un certificat de réalisation sera remis sur demande.

**Accès aux personnes en situation de handicap :** Possible dans la plupart des cas. Contacter le formateur pour plus de détails.

**Lieu :** à définir

**Indicateurs :**

**100% des stagiaires recommandent cette formation (2023, 2024, 2025).**

100% des stagiaires déclarent être "satisfait", à très satisfait" : Note de satisfaction 3,8/4

100% des stagiaires déclarent que la formation leur sera « utile, à très utile » (2024, 2025) : Utilité de la formation 3,75/4

**Coût de formation :** Le tarif global dépend du nombre de participants car la formation est mixte (individuelle et collective) pour une durée totale de formation de 9 heures/stagiaire.

## CONTENU DE LA FORMATION :

### Présentation de la formation et du questionnaire à tous les participants : 15 min en distanciel

- ✓ Cette session vise à présenter les modalités de formation et à assurer l'engagement des stagiaires tout au long du parcours (cadre de confidentialité, réponse au questionnaire, récolte des attentes)

### Formation individuelle (1h45heures/stagiaire), en visio :

Objectif :

- ✓ Connaître ses modes de fonctionnement préférentiels pour s'appuyer sur ses atouts.
- ✓ Préparer sa présentation

Contenu :

Le formateur décrit les grandes tendances du profil de préférences comportementales du stagiaire. Il s'assure de sa compréhension par un échange et des illustrations par des expériences professionnelles rapportées par le stagiaire, confirmant la bonne lecture du profil.

L'entretien permet de confirmer l'accord du stagiaire quant au partage d'un extrait du profil lors du temps collectif et afin d'établir le profil d'équipe.

### Formation collective (7 heures), en présentiel

#### **Lancement de la formation (30 min)**

#### **Séquence 1 : comprendre la diversité des préférences comportementales (1h30)**

Objectifs :

- ✓ Identifier à quel point d'autres fonctionnent différemment de nous
- ✓ Reconnaître les préférences comportementales de nos interlocuteurs (internes et externes)

Contenu :

- Présentation 4 préférences comportementales principales avec la grille de lecture PREDOM©

Moyens pédagogiques :



- Appropriation de la grille de lecture des préférences comportementales par différents supports : présentation powerpoint, quizz, vidéo, jeux suivant les thèmes retenus avec les participants (*les premières questions que pose chaque profil, comment vivre une réunion, présenter un projet, convaincre d'un changement...*)

### Séquence 2 : Surmonter les antagonismes (1h)

Objectifs :

- ✓ Décrire les impacts des différences comportementales sur l'efficacité de notre communication
- ✓ Décrire comment mieux se faire comprendre de tous ses interlocuteurs

Contenu :

- Les profils antagonistes

Moyens pédagogiques :

- Echange autour des antagonismes et sources de difficultés de communication.
- Exercice en sous-groupe afin de préparer une mise en situation

### Séquence 3 : Comment fonctionnons-nous au sein de l'équipe ? (2 h)

Objectifs :

- Identifier les complémentarités des préférences comportementales dans l'équipe au service de la mission de l'équipe

Contenu :

Nous travaillons sur les profils individuels de l'équipe : le profil perçu, le profil réel à travers un jeu « Qui-est-ce ? » Chacun complète sa présentation de profil en explicitant son mode d'emploi.

Le profil d'équipe permet de formuler les caractéristiques du fonctionnement collectif propre à cette équipe et de les mettre en perspective de sa mission. L'équipe comprend également comment elle peut être perçue. L'échange permet de valoriser les apports de chacun au collectif et non de les opposer.

### Séquence 4 : Mise en action (1h30)

Objectifs :

- Décrire comment mieux se faire comprendre de tous vos interlocuteurs
- Identifier les complémentarités des préférences comportementales dans l'équipe au service de la mission de l'équipe

Contenu :

Des exercices d'application individuels et collectifs sont proposés afin de surmonter des problématiques de coordination, communication, voire les tensions au sein de l'équipe.

En option suivant le programme possible : L'équipe définit ses nouveaux modes de fonctionnement (entre membres de l'équipe deux à deux, en équipe complète, et en lien avec ses interfaces (clients, parties prenantes) ... Suivant les attentes exprimées et atteignables).

### Clôture/célébration et évaluation de la journée ( 30 min )

## RESSOURCES TECHNIQUES ET PÉDAGOGIQUES

- ✓ Une pédagogie expérientielle, inductive et impliquante
- ✓ Support de présentation numérique et papier remis aux participants
- ✓ Outil de représentation visuelle
- ✓ Création d'une dynamique de groupe : brises glaces, discussion, réflexion collective
- ✓ Bibliographie

## LES POINTS FORTS DE LA FORMATION :

- Un entretien préalable de cadrage fin des attendus de la formation.
- Une entrée en matière progressive, d'abord individuelle
- Une approche volontairement positive et valorisante pour les participants : "il n'y a ni bon ni mauvais profil". "On ne met personne dans une case."
- Contextualisation des apprentissages



## Votre Formatrice(e) GRAINS DE SEL CIE

Charlotte GERMANAZ, Consultante, formatrice et praticienne Prédom



Accompagnatrice d'organisations, d'équipes et de managers depuis 17 ans, je goûte le plaisir de mettre en œuvre des projets ambitieux, avec des méthodologies soutenantes et des approches responsabilisantes qui laissent une grande part à l'humain, au cœur des projets.

### EXPERIENCES PROFESSIONNELLES

- Gérante associée au sein de Grains de Sel Cie (SARL SCOP) - consultante, formatrice et accompagnatrice depuis septembre 2020
- Consultante Indépendante - Site économique des Lacs - 2018 à septembre 2020
- Consultante senior en organisation et management au sein du cabinet Proconseil spécialisé en excellence industrielle (40 salariés) - 2007 à 2018

### DIPLOMES/FORMATIONS

- Ingénieur en Génie Industriel - Ecole des Mines d'Albi - 2007
- Formation de Formateur et ingénierie pédagogique - Proconseil - 2008 et 2022
- Former au Lean Management, par le jeu - CIPE de 2008 à 2012
- Certification Praticien Predom© (inventaire des préférences comportementales) 2013 - renouvelée en 2020
- Communication non-violente module 1 et 2 - Thomas D'Ansembourg - 2013
- Animer le processus de Co-développement - Université du Nous - 2018
- Formation à l'Art of Hosting - Accueillir les conversations qui comptent - 2019
- Worldview intelligence - Transformer les différences en avantages concrets – 2019
- L'école des Permaentrepreneurs, maîtriser le modèle Permaentreprise© - Norsys – 2023

### *Ce qu'en disent les participants à l'issue de cette formation (selon leur profil ☺ !):*

*Formation très adaptée à notre profil d'entreprise [...]. Avec cet outil, et cette formatrice on gagne un temps précieux pour se connaître soi-même au travail et connaître nos interlocuteurs.*

*En une journée une équipe peut commencer à se souder. Amandine - 2025*

*Formation intéressante pour une équipe qui veut avancer ensemble. Aïnou – 2025*

*Je recommande à 100%, une formation très complète et ludique. Vincent - 2024*

*Excellent formation Prédom avec Charlotte. Super utile pour catégoriser et comprendre le comportement des autres et apprendre comment communiquer avec eux de façon efficace. Intéressant aussi pour mieux se connaître, ainsi que pour identifier nos similitudes et différences par rapport aux autres. J'ai hâte de mettre en pratique ce que j'ai appris! . Judith - 2024*

*Je recommande de rentrer dans le monde de PREDOM. Un temps d'arrêt qui aide à comprendre les interactions et la communication dans une équipe en fonction des comportements préférentiels des individus qui la constitue. Pas de tout repos, mais constructif pour le futur. Merci Charlotte pour l'animation de cette journée. Elisabeth - 2024*

*Formation qui nous apprend beaucoup de choses et nous permet d'optimiser les communications et l'organisation d'une équipe. Vivien - 2024*

*Formation pratique et de grand intérêt ! Julien- 2024*

*au top Aurélien - 2024*