flowdev

Déjouer les biais cognitifs et améliorer la collaboration

S'affranchir des raccourcis mentaux pour mieux (inter)agir

1 jour (+ ½ journée en option)

Nos raccourcis mentaux guident nos actions dans une (très) large mesure, et souvent à notre insu. Mais comment ces mécanismes influent-ils réellement sur nos choix et nos relations quotidiennes ? Comment exploiter leur potentiel tout en évitant les pièges qu'ils nous tendent ?

La clé de la réussite : comprendre ses propres biais cognitifs pour mieux naviguer dans ses interactions et prendre des décisions plus éclairées.

A la fin de la formation, chaque participant sera en mesure de :

Comprendre les mécanismes des 13 principaux raccourcis mentaux

→ pour reconnaître les bénéfices autant que les limites de ces derniers.

Identifier les situations où les raccourcis mentaux nous jouent des tours

→ pour gagner en efficacité sur la prise de décision, le management, l'inclusion et la diversité, etc.

Identifier et comprendre les deux systèmes de pensée : intuitif et logique

→ pour faire bon usage de ces modes de pensée dans notre environnement professionnel.

Élaborer des stratégies d'adaptation

→ pour face aux pièges que nous tend notre cerveau.

© flowdev 2025

Au programme de la formation

Journée 1

Jouons ensemble

- Prendre conscience au travers de 5 expériences de l'impact des raccourcis mentaux inconscient (RMI) sur nos représentations.
- Échanger sur les différences de perceptions entre participants autour de ces expériences.

Plongeons dans les systèmes de pensée intuitif et logique

- Se questionner sur le fonctionnement de notre mental.
- Distinguer les finalités pour lesquels nous faisons appel à l'un ou l'autre des systèmes.
- Comprendre les points forts et les limites de chaque système.
- Identifier le moment où surviennent les RMI.

Les 13 raccourcis mentaux inconscients principaux

- Découvrir chaque RMI : son mécanisme et sa conséquence.
- S'auto-positionner sur chaque RMI pour distinguer ceux avec lesquels nous sommes le plus en prise.
- Découvrir un modèle de cause des raccourcis mentaux inconscients.

Atelier : les raccourcis mentaux à l'épreuve de notre vie quotidienne et professionnelle

- Faire le lien entre RMI et situations concrètes de nos vies : travailler sur l'élément déclencheur.
- Cerner ce qui nous est le plus facile et ce qui génère en nous le plus d'inconfort.

Atelier : Démarche d'atténuation, trouver ses leviers pour changer

- Trouver des leviers pour atténuer les effets négatifs des RMI.
- Elaborer un plan d'action concret et réaliste pour progresser sur ses problématiques.

En option

½ journée de spécialisation sur-mesure

Un module pour s'adapter sur mesure à vos problématiques spécifiques : recrutement, management, prise de décision ou enjeu d'inclusion/diversité.

La pédagogie flowdev

Nos méthodes pédagogiques :

- Mises en situation
- Réflexions participatives
- Jeux pédagogiques
- Codéveloppement
- Coaching entre pairs
- Coaching individuel

© flowdev 2025

Ce qui rend cette formation unique

Un lien entre savoir universitaire et enjeux pratiques.

Aide à mieux comprendre son fonctionnement et ceux des personnes avec lesquelles nous interagissons.

Favorise une adaptation agile aux exigences du monde professionnel.

De l'expérimentation comme moteur d'apprentissage.

Encourage à tester différentes expériences surprenantes pour faciliter des prises de conscience.

Sème des graines pour changer durablement.

Des pistes d'évolutions concrètes et accessibles.

Permet l'élaboration de solutions pour mieux composer avec ses raccourcis mentaux.

Favorise une application immédiate des apprentissages dans le contexte professionnel.

Les 3 temps forts d'une formation flowdev

S'engager

S'engager et faire connaissance lors de la classe virtuelle d'ouverture.

En amont
Une heure en distanciel.

S'entraîner

Maximiser les prises de conscience par les mises en situation.

En séance
80% de mises en pratique.

Evaluer

Mettre en application et faire un retour d'expérience en collectif.

En aval
Une heure en distanciel.

Notre cocktail signature flowdev : le parfait dosage de …

Plaisir

dans l'apprentissage et dans l'aventure collective !

Prises de conscience

lors d'entraînements et entre les séquences !

Mise en action

à l'issue des sessions pour un changement visible !

© flowdev 2025

Modalités pratiques

Participants : 8 personnes maximum

Public cible : manager, recruteur, responsable RH, tout décideur

Prérequis : aucun
Délai d'accès à la formation : sur demande

En présentiel : hors les murs ou dans vos locaux
Durée : 1 jour + ½ journée sur mesure optionnelle

Ressources documentaires : Livret pédagogique + Option de capsule digitale

En distanciel : Teams ou autre outil de communication interne du client
Durée : 2 sessions de 3h30 chacune

Tarif : à partir de 300€ HT par participant

Bon à savoir !

Cette formation est disponible en français, anglais, espagnol et italien.

Nos formations sont accessibles aux personnes en situation de handicap.

Pour plus d'informations, veuillez contacter notre référent handicap via l'adresse bonjour@flowdev.fr.

Qualiopi processus certifié
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
La certification qualité à été délivrée au titre de la catégorie d'action suivante : **Action de formation**

Modalités d'évaluation :

- Questionnaire digital amont et aval pour évaluer la progression des participants dans l'acquisition de leurs compétences.
- Évaluations de la satisfaction des participants par un questionnaire à chaud.
- Remise d'une attestation de formation.

Nous contacter :

bonjour@flowdev.fr

06 30 35 94 77

https://www.flowdev.fr/contact/

© flowdev 2025