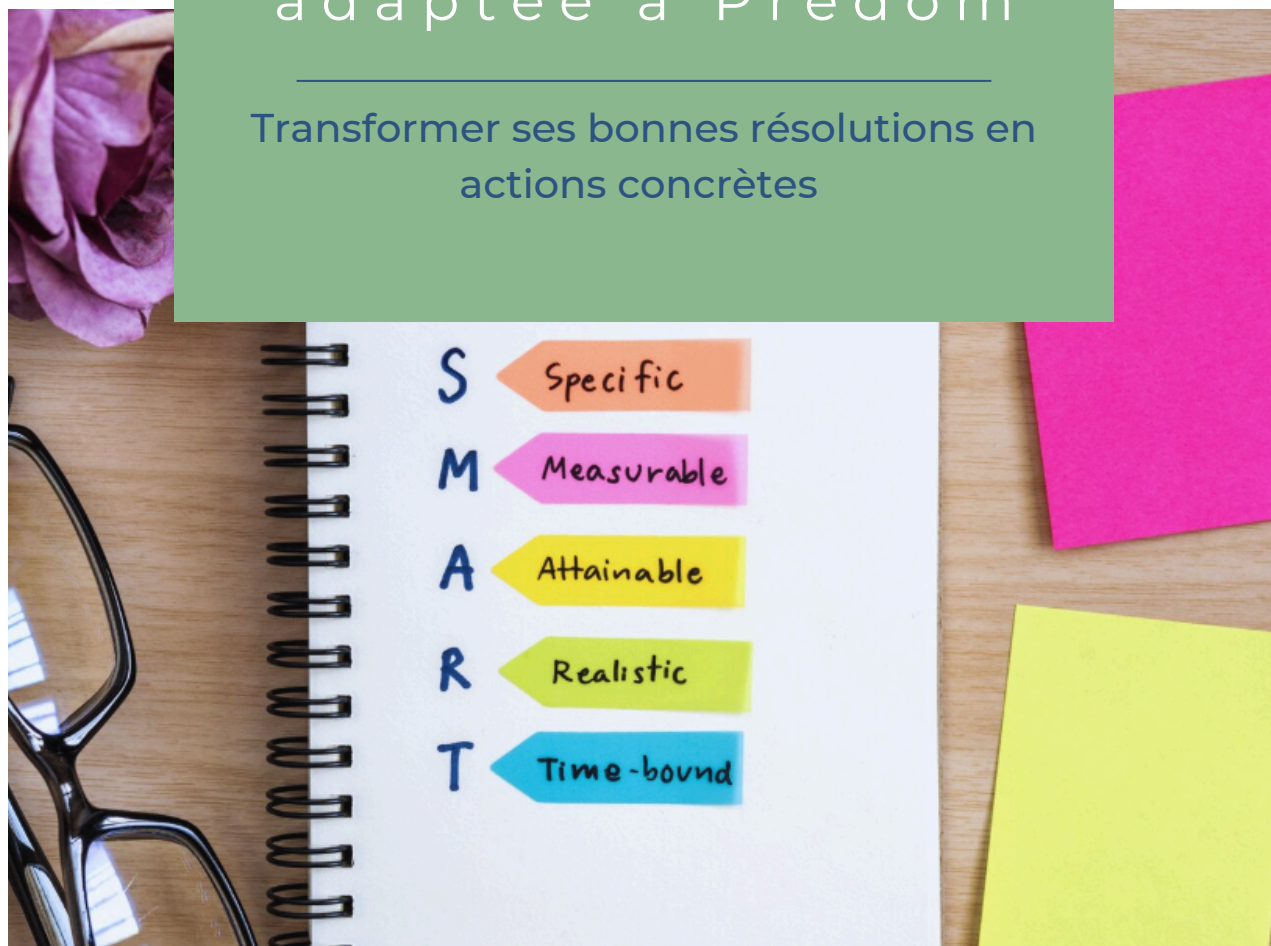




Guide

la méthode SMART
adaptée à Prédом

Transformer ses bonnes résolutions en
actions concrètes



Sommaire

- 1 Constat
- 2 C'est quoi un objectif SMART ?
- 3 La méthode SMART adaptée aux modes de décision PREDOM
- 4 Allez plus loin avec Prédom ...



1- Constat



Pourquoi tant de bonnes résolutions n'aboutissent pas ?

Chaque début d'année, les mêmes intentions reviennent : mieux communiquer, mieux s'organiser, développer son leadership, gagner en efficacité...

Ces intentions sont sincères. Et pourtant, quelques semaines plus tard, beaucoup sont abandonnées.

- Le problème n'est pas la motivation.
- Le problème, **c'est la manière dont les objectifs sont définis et pilotés.**

La plupart des méthodes d'objectifs partent du principe que nous décidons et agissons tous de la même façon.

Or, dans la réalité, **nous n'avons ni les mêmes réflexes, ni les mêmes leviers de motivation, ni les mêmes modes de décision.**

C'est précisément là que l'approche comportementale Prédôm change la donne.





2. C'est quoi un objectif SMART ?

La méthode SMART est une référence pour transformer une intention en objectif actionnable. Un objectif SMART est :

S**Spécifique** : clairement défini**M****Mesurable** : observable ou quantifiable**A****Atteignable** : réalisable concrètement**R****Réaliste** : cohérent avec le contexte**T****Temporel** : inscrit dans le temps

Cette méthode est efficace... à condition qu'elle soit adaptée à la façon dont vous prenez vos décisions.

Un objectif SMART qui motive une personne orientée action rapide peut décourager une personne qui a besoin de sécuriser ou de donner du sens.

→ C'est pour cela que Prédom propose une lecture complémentaire : adapter SMART à votre mode de décision.



3. La méthode SMART adaptée aux modes de décision **PREDOM**

PREDOM identifie différents modes de décision, représentés par des verbes d'action.

Chaque verbe décrit une manière privilégiée de décider, d'agir et de se projeter.

Il n'y a ni bon ni mauvais mode. L'enjeu est de formuler ses objectifs d'une manière alignée avec son fonctionnement réel.





1

DÉFRICHER : Vous privilégiez l'action immédiate et l'innovation

Décryptage : Vous avancez par impulsion, par test, par expérimentation. Un objectif trop rigide ou trop lent vous freine.

SMART adapté :

- **Spécifique** : des objectifs ambitieux qui créent de l'élan
- **Mesurable** : des résultats visibles rapidement
- **Atteignable** : des sprints courts et dynamiques
- **Réaliste** : un impact concret et immédiat
- **Temporel** : des délais courts et stimulants

Et dans la vraie vie, ça donne quoi ?

Exemple :

Augmenter l'engagement de mon équipe de 30 % d'ici fin février en testant 3 nouvelles approches de réunion.



Le + Prédom :

L'élan est un moteur puissant, à condition de ne **Canaliser l'énergie dès le départ permet de transformer une idée enthousiasmante en action réellement productive.**



2

ÉCHANGER : Vous recherchez l'adhésion et la dynamique collective

Décryptage : Vous décidez avec et par les autres.

Un objectif imposé sans concertation perd rapidement son sens.

SMART adapté :

- **Spécifique** : des objectifs qui impliquent le collectif
- **Mesurable** : des indicateurs d'adhésion et de participation
- **Atteignable** : des étapes co-construites
- **Réaliste** : aligné avec les attentes du groupe
- **Temporel** : un temps prévu pour consulter et ajuster

Et dans la vraie vie, ça donne quoi ?

Exemple :

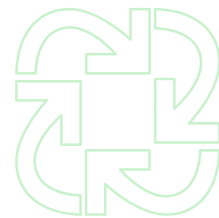
Co-créter avec l'équipe deux rituels mensuels renforçant la cohésion, validés par tous d'ici mars.



Le + Prédom :

L'adhésion renforce l'engagement, mais elle demande du temps et de l'écoute.

Impliquer toutes les parties prenantes en amont évite bien souvent des problèmes de compréhension plus tard.



3

RESSENTIR : Vous êtes attentif au bien-être et à la dimension humaine

Décryptage : Vous décidez en tenant compte des émotions, des valeurs et de l'impact humain.

Un objectif trop froid ou trop chiffré vous déconnecte.

SMART adapté :

- **Spécifique** : orienté humain et relationnel
- **Mesurable** : évalué par le ressenti et le climat
- **Atteignable** : sans surcharge émotionnelle
- **Réaliste** : aligné avec vos valeurs
- **Temporel** : flexible, respectueux des rythmes

Et dans la vraie vie, ça donne quoi ?

Exemple :

Développer l'écoute active en consacrant 30 minutes par semaine à des échanges individuels de qualité.



Le + Prédом :

Le ressenti est un indicateur précieux, mais il gagne à être mis en mots..

Verbaliser les émotions permet de sortir de l'implicite et de sécuriser les relations de travail.



4

ADMINISTRER : Vous structurez et sécurisez la démarche

Décryptage : Vous avancez avec méthode, cadre et organisation.

Un objectif flou ou mouvant vous met en difficulté.

SMART adapté :

- **Spécifique** : chaque étape est détaillée
- **Mesurable** : jalons et indicateurs réguliers
- **Atteignable** : des procédures simples et claires
- **Réaliste** : basé sur le concret
- **Temporel** : rétroplanning structuré

Et dans la vraie vie, ça donne quoi ?

Exemple :

Documenter une procédure simple par semaine pendant 3 mois, avec une revue mensuelle.



Le + Prédom :

Le cadre sécurise et facilite l'action collective, à condition qu'il reste compréhensible et applicable.

Un cadre trop complexe freine l'engagement au lieu de le soutenir.



5

ÉVALUER : Vous vous appuyez sur les chiffres et la rentabilité

Décryptage : Vous décidez à partir de données objectives.

Un objectif non mesurable perd toute crédibilité.

SMART adapté :

- **Spécifique** : des objectifs chiffrés précisément
- **Mesurable** : des KPIs financiers, temporels ou énergétiques
- **Atteignable** : calcul du ROI à chaque étape
- **Réaliste** : un arbitrage coûts / bénéfices
- **Temporel** : des échéances orientées efficacité

Et dans la vraie vie, ça donne quoi ?

Exemple :

Réduire de 20 % le temps de réunion d'ici fin mars en mesurant l'efficacité chaque semaine.



Le + Prédom :

Les chiffres éclairent la décision, mais ils ne racontent jamais toute l'histoire.

Croiser les indicateurs de performance avec des éléments qualitatifs améliore la pertinence des choix.



6

RÉALISER : Vous privilégiez la sécurité et la durabilité

Décryptage : Vous décidez en sécurisant chaque étape.

Un objectif trop risqué ou instable vous freine.

SMART adapté :

- **Spécifique** : des objectifs proches de l'existant
- **Mesurable** : des indicateurs de fiabilité
- **Atteignable** : progression par étapes sûres
- **Réaliste** : anticipation des obstacles
- **Temporel** : des délais suffisants pour consolider

Et dans la vraie vie, ça donne quoi ?

Exemple :

Consolider deux pratiques managériales éprouvées sur une période de 6 mois.



Le + Prédom :

La sécurité favorise la stabilité et la durabilité des actions.

Avancer par étapes progressives rassure et renforce la confiance dans le changement.



7

RAISONNER : Vous analysez de manière logique et rationnelle

Décryptage : Vous décidez après analyse.

Un objectif imprécis ou émotionnel vous met en retrait.

SMART adapté :

- **Spécifique** : des objectifs basés sur des faits
- **Mesurable** : des critères vérifiables
- **Atteignable** : des contraintes clairement identifiées
- **Réaliste** : une démarche rationnelle
- **Temporel** : une planification analytique

Et dans la vraie vie, ça donne quoi ?

Exemple :

Optimiser trois processus décisionnels d'ici février à partir de critères mesurables.



Le + Prédom :

L'analyse apporte de la cohérence et de la solidité aux décisions.

Fixer un cadre clair à la réflexion évite de rester bloqué dans l'analyse au détriment de l'action.



8

CONCEVOIR : Vous donnez du sens et gardez la vision d'ensemble

Décryptage : Vous décidez en lien avec une vision globale.

Un objectif trop court terme vous frustre.

SMART adapté :

- **Spécifique** : des objectifs inscrits dans une stratégie
- **Mesurable** : un alignement avec la vision
- **Atteignable** : au-delà du problème immédiat
- **Réaliste** : une projection à moyen terme
- **Temporel** : une perspective stratégique

Et dans la vraie vie, ça donne quoi ?

Exemple :

Définir une vision d'équipe à 2 ans et décliner 3 axes stratégiques dès ce trimestre.



Le conseil Prédom :

La vision donne du sens et oriente les décisions dans la durée.

Pour être mobilisatrice, elle doit se traduire rapidement par des premières actions visibles.

4- Aller plus loin avec Prédom

Adapter la méthode SMART à votre mode de décision, c'est déjà un grand pas. Mais PREDOM va plus loin.

L'outil permet :

- d'identifier précisément vos **modes de décision dominants**,
- de **comprendre** ceux de **vos collaborateurs**,
- d'aligner **objectifs, communication et management**,
- et de **transformer durablement** les intentions en actions concrètes.

*Parce que la performance durable commence par une **meilleure compréhension des comportements**.*



En savoir + sur Prédom ...



Découvrez comment Prédom peut vous aider à **mieux comprendre vos équipes.**

Prenez contact dès maintenant pour explorer Prédom et améliorer vos réunions d'équipe :

Votre interlocuteur Prédom

Eric Faure

06 62 42 11 53

<https://predom.fr/contact/>

prédom