



# Faire connaissance avec Karine GANTOIS

## Formatrice agréée PRH (Personnalité et Relations Humaines)

### Décrivez votre parcours :



De formation ingénieur en agriculture, j'ai démarré ma carrière professionnelle dans l'accompagnement de projets de développement sur des territoires ruraux, au Cameroun, au Togo puis au Bénin avant de revenir en France.

Ayant constaté que les projets bloquaient souvent autour de difficultés liées aux relations humaines, je me suis beaucoup intéressée à cette question et j'ai repris, depuis 2003, des études dans ce domaine (DU de Compétences en relations humaines de 2003 à 2006 et formation PRH - Personnalité et Relations Humaines).

En 2008, je me suis rapprochée d'un institut de formation spécialisé dans la régulation non violente des conflits. J'ai suivi leur formation de formateurs et j'ai intégré l'équipe. Pendant près de 10 ans je suis intervenue en tant que formatrice IFMAN (Institut de Formation du Mouvement pour une Alternative Non violente) pour accompagner des collectifs à traverser les tensions et conflits (accompagnement d'équipe, analyses de pratiques professionnelles, formations au management, faire face aux conflits, autorité éducative, tenir le cadre ensemble, bienveillance...). En parallèle, je me suis de plus en plus intéressée à l'accompagnement personnalisé des individus dans les groupes et j'ai ainsi pu proposer de l'accompagnement individuel pour compléter certains apports de formation. J'ai aussi développé l'accompagnement de groupes de parents autour des questions éducatives.

Aujourd'hui j'ai élargi mon domaine de compétence qui n'est plus centré spécifiquement sur la traversée de tensions et de conflits et j'interviens au sein de l'organisme PRH qui accompagne des particuliers et des professionnels. PRH a développé une marque, *HUCO "l'humain au cœur des organisations"*, afin de pouvoir proposer des actions sur mesure auprès des professionnels qui mettent en priorité la valorisation de l'humain et de l'intelligence collective au cœur des organisations. S'il y avait une devise qui nous caractérise bien je dirai "*changer le monde, une personne à la fois, un groupe à la fois*".

### Quelles sont selon vous vos compétences clés ?

- Accompagnement de groupes professionnels sur leur pratique et leurs manières de travailler ensemble
- Accompagnement de groupes de parents
- Formation en compétences relationnelles

## Citez une ou plusieurs formations dans laquelle/lesquelles vous êtes intervenu.e ?

- La qualité de l'accueil dans les centres sociaux (2,5 jours sur 5 jours donné, en binôme avec un salariée de la fédération des centres sociaux du nord)
- La communication constructive (2 à 4 jours)
- Mieux gérer tensions et conflits (2 à 4 jours)
- Les émotions et les besoins fondamentaux de l'enfant (2 jours)
- L'estime de soi (1 à 2 jours)
- Grandir en confiance en soi (1 à 3 jours)
- Autorité constructive : échanges et repères pour les parents (1,5 à 4 jours sur des ateliers de 2 à 3 h)
- Exercer son autorité dans un groupe professionnel (2 à 4 jours)
- Animer et conduire des réunions (2 à 4 jours)
- S'affirmer avec respect (1 jour)
- Mieux comprendre ses émotions (1 à 2,5 jours)
- Tenir le cadre ensemble (1 journée dans le cadre d'une journée de rentrée d'un centre social)"

## Quelle est votre meilleure expérience en tant que formateur.trice ?

Une maman qui vient me voir à la fin d'un atelier et qui me dit *"vous savez, j'ai pu parler à ma fille, j'ai mieux compris depuis la dernière fois ce qu'elle ressentait et j'ai pu la serrer dans mes bras"*.

## Une anecdote sur vous ou une qualité « décalée » que vous souhaitez communiquer ?

Il m'arrive de proposer des exercices d'oxygénation après avoir abordé parfois un sujet qui a demandé de l'énergie et une grande qualité d'écoute de la part de chacun. Une fois, une équipe qui travaillait dans une épicerie solidaire m'a rapporté qu'elle se servait de cet exercice pour pousser un cri libérateur d'énergie à chaque fois qu'un client difficile quittait le magasin, c'était *"la crise de nerf olé"...* Comme quoi, on ne sait pas toujours comment est repris ce qu'on propose !

## Vos méthodes pédagogiques/outils proposés lors de vos formations ?

Je pars toujours des attentes exprimées par les stagiaires pour bâtir en détail mon programme de formation.

Je cherche à ce qu'il se passe un déclic chez chacun c'est à dire un p'tit truc qui reste, quelque chose que je comprends mieux tout à coup, qui prend son sens dans un contexte global. Pour que ce déclic puisse se produire j'invite les participants à se mettre dans une posture de chercheur, de mise en vérité avec eux-mêmes, de regard humble et authentique sur ce qui est aujourd'hui dans leurs pratiques. Le climat d'écoute, de non-jugement notamment, est très important pour que la formation puisse se dérouler dans de bonnes conditions.

Je propose des exercices, des partages d'expériences, des temps pour analyser l'expérience vécue, des apports qui complètent l'analyse des stagiaires et qui ouvrent sur des repères. Lorsque c'est possible

avec le groupe j'invite à des mises en situation. Je privilégie tout ce qui va favoriser chez chacun une prise de conscience sur un fonctionnement :

- que ce soit un bon fonctionnement, qui me rend service et qui rend service à la relation (il est très important de conscientiser ce qu'on fait, d'ajuster à la situation, de connaître ses forces, ses points d'appui personnels qui sont naturels et solides) ;
- ou un moins bon fonctionnement, qui ne me rend pas service ou qui abîme la relation (afin d'être lucide sur soi et de repérer là où il y a des axes de progrès possibles).

Il s'agit d'abord de vivre une expérimentation ou un partage à partir d'expériences vécues. Ainsi, prises de conscience après prises de conscience, déclics après déclics, les partages sont de plus en plus authentiques dans les groupes, qui se vivent apprenants et co-constructeurs de repères collectifs et individuels. Mes apports arrivent après ces temps d'expérimentation et sont issus d'observations de terrain depuis plus de 40 ans. Ils sont enrichis au fur et à mesure des rencontres avec les groupes.