



CATALOGUE DE FORMATION

Développement humain · Leadership · Pratiques narratives · Agilité relationnelle

Valérie Oresve

Coach certifiée · Formatrice · Accompagnatrice en entreprise depuis plus de 20 ans

Coaching systémique et stratégique · Pratiques narratives ·

VOTRE INTERVENANTE

Valérie Oresve

Coach certifiée · Formatrice · Accompagnatrice en entreprise depuis plus de 20 ans

Un parcours ancré dans le monde de l'entreprise

Depuis plus de 20 ans, j'accompagne les transformations humaines et organisationnelles au cœur des entreprises et des équipes. Mon approche se fonde sur un équilibre entre exigence, pragmatisme et engagement, avec une attention constante portée à la mise en action et à l'impact concret des accompagnements.

Issue du secteur de l'agroalimentaire, j'ai construit mon expertise au plus près du terrain. Cette expérience m'a permis de développer une compréhension fine des enjeux opérationnels, des exigences liées à la qualité ainsi que des dynamiques collectives propres aux environnements industriels. Mon implication au sein du comité sectoriel agroalimentaire de l'AFAQ a renforcé mon expertise en matière de structuration, de certification et de performance des organisations.

Au fil de mon parcours, j'ai également exercé des fonctions de recrutement dans des environnements variés et exigeants (agroalimentaire, luxe, industrie, chimie, pharmacie). Cette diversité d'expériences m'a permis d'affiner ma lecture des compétences, des trajectoires professionnelles et des enjeux d'adéquation entre les personnes, les postes et les cultures d'entreprise.

Depuis plus de deux décennies, je conçois et anime des formations en m'appuyant sur des pédagogies actives et directement transposables dans le quotidien professionnel. Coach professionnelle certifiée, j'accompagne aujourd'hui des dirigeants, managers et professionnels sur des enjeux clés tels que le leadership, la posture managériale, la gestion des conflits et la QVCT.

J'accompagne également les transitions professionnelles notamment dans les moments charnières de leur parcours : prise de poste, évolution de rôle, repositionnement ou reconversion en sécurisant leurs choix et en clarifiant leurs priorités. Mon accompagnement vise à permettre de traverser ces transitions avec lucidité, confiance et cohérence, en s'appuyant sur leurs ressources et en construisant des trajectoires professionnelles qui ont du sens.

Ma posture conjugue lucidité, profondeur et orientation vers des solutions concrètes, au service de relations de travail plus fluides, d'une coopération renforcée et d'une performance collective durable.

À travers mes formations, je propose des espaces d'apprentissage à la fois exigeants et sécurisants, permettant à chacun de développer ses compétences, d'élargir ses perspectives et d'agir avec plus de justesse et d'efficacité dans son environnement professionnel.

◆ Expertises

- ▶ Pratiques narratives
- ▶ Coaching individuel
- ▶ Coaching d'équipe
- ▶ Outplacement
- ▶ Recrutement
- ▶ Prévention des RPS
- ▶ Conception et animation de séminaires
- ▶ Certifiée Emergénétics et Hogan

◆ Approches

- ▶ Approche systémique de Palo Alto
- ▶ Pratiques narratives (White & Epston)
- ▶ Analyse transactionnelle (Eric Berne)
- ▶ Co-développement

◆ Secteurs

- ▶ Agroalimentaire (parcours fondateur)
- ▶ Industrie & services
- ▶ ETI, PME & grands groupes

MODALITÉS GÉNÉRALES

Toutes les formations se déroulent en présentiel, à Paris ou en province. Les sessions inter-entreprises sont organisées dans des espaces sélectionnés pour leur qualité et leur accessibilité. Les formations intra sont adaptées à vos équipes, dans vos locaux ou dans un espace dédié.

Accessibilité : toutes les formations sont accessibles aux personnes en situation de handicap — aménagements possibles sur demande.

Inscription : via bulletin ou convention · Délai d'accès selon calendrier des sessions ou sous 2 à 8 semaines pour une session intra.

S O M M A I R E

	F O R M A T I O N	D U R É E
01	Les dynamiques du faire ensemble: mieux se connaître pour mieux agir ensemble	1 jour
02	Conflits au travail : comprendre, agir, résoudre, du stress à une communication constructive	1 jour
03	Intégrer les pratiques narratives dans sa posture d'accompagnement	3 jours
04	Accompagner le changement avec les pratiques narratives	2 jours
05	Pratiques narratives pour la prévention des conflits et des RPS	2 jours
06	Incarner un leadership responsable	2 jours
07	Cycle Nouveaux managers — Réussir sa prise de fonction	3 jours

FORMATION 01 · 1 jour — 7 heures

Les dynamiques du faire ensemble : mieux se connaître pour mieux agir ensemble

Réduisez les frictions, accélérez les projets : décoder les modes de fonctionnement de vos équipes. Développez votre agilité relationnelle et révélez la richesse des différences. Avec Emergenetics, apprenez à adapter votre communication, à tirer parti des complémentarités et à construire des collaborations durables. Emergenetics est un modèle permettant de comprendre ses modes de fonctionnement cognitifs et relationnels pour améliorer la communication et la collaboration.

PUBLIC CIBLE	Managers, équipes projet, RH, coaches, fonctions transverses
DURÉE	1 jour — 7 heures
TARIF INTER	800 € HT/pers (incluant le profil Emergenetics)
TARIF INTRA	1500 HT + tarif profil Emergenetics
PRÉREQUIS	Questionnaire Emergenetics complété en amont

OBJECTIFS

Cette formation permet d'identifier son profil de pensée et de comportement grâce à Emergenetics, et de mieux comprendre ses modes de fonctionnement et ceux des autres. Elle apporte des clés concrètes pour adapter sa communication, fluidifier les interactions et tirer parti des différences permettant ainsi de renforcer la qualité des relations et développer une coopération plus efficace au service de la performance collective. Chaque participant repart avec son profil Emergenetics.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- ▶ Identifier son mode de comportement et de pensée dominant et ses réactions sous stress
- ▶ Repérer les comportements observables chez ses interlocuteurs sans jugement
- ▶ Ajuster son style de communication en fonction du profil de l'autre
- ▶ Construire des relations professionnelles efficaces avec des profils différents · Prévenir les tensions

À QUI S'ADRESSE CETTE FORMATION ?

- ▶ Vous pilotez une équipe aux profils variés et les malentendus ralentissent les décisions ?
- ▶ Vous intervenez en transversal et devez embarquer sans lien hiérarchique ?
- ▶ Vous lancez un projet et souhaitez créer une vraie dynamique d'équipe dès le départ ?
- ▶ Vous voulez gagner en impact en comprenant finement votre propre fonctionnement ?

PROGRAMME

Se connaître et comprendre les différences

- ▶ Introduction au modèle Emergenetics et découverte de son profil individuel
- ▶ Préférences de pensée (analytique, structurale, sociale, conceptuelle) et attributs comportementaux
- ▶ Forces, zones de vigilance, angles morts et styles de communication

Comprendre les autres et adapter son style

- ▶ Identifier les indices comportementaux · Reconnaître la diversité des styles
- ▶ Ajuster sa communication selon les préférences de l'autre — stratégies concrètes

Collaborer avec des profils différents

- ▶ Gestion des désaccords et prévention des tensions relationnelles
- ▶ Complémentarité des styles dans le travail en équipe

CE AVEC QUOI VOUS REPARTEZ

- ▶ Votre profil Emergenetics personnel
- ▶ Une grille de lecture des comportements de vos interlocuteurs
- ▶ Des stratégies d'adaptation immédiatement applicables

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

- ▶ Apports théoriques ·
- ▶ Exercices d'auto-diagnostic
- ▶ Restitution individuelle des profils
- ▶ Mises en situation et débriefings collectifs ·
- ▶ Fiches outils pratiques

MODALITÉS D'ÉVALUATIONS

- ▶ Exercices d'autodiagnostic
- ▶ Mise en situation évaluée
- ▶ Questionnaire de satisfaction

TARIFS

INTER-ENTREPRISES

Sessions dans des espaces sélectionnés au cœur de Paris ou en province.

1 jour · 7 heures

800 € HT/pers (incluant le profil Emergenetics)

INTRA-ENTREPRISE

Dans vos locaux ou dans des espaces dédiés, adaptés à vos équipes.

1 jour · 7 heures

1500 HT + tarif profil Emergenetics

FORMATION 02 · 1 jour — 7 heures

Conflits au travail : comprendre, agir, résoudre, du stress à une communication constructive

Les situations de tension font partie de la vie professionnelle mais elles ne sont pas une fatalité. En comprenant comment notre cerveau réagit au stress et au conflit, il devient possible de désamorcer les tensions et de transformer les désaccords en opportunités de coopération.

PUBLIC CIBLE	Managers, équipes opérationnelles, tout professionnel
DURÉE	1 jour — 7 heures
TARIF INTER	600 € HT
TARIF INTRA	1800 HT
PRÉREQUIS	Aucun

OBJECTIFS

Mieux comprendre ce qui se joue dans les situations de conflit pour ne plus les subir et retrouver de la marge de manœuvre.

Savoir désamorcer les tensions, réguler ses réactions et ajuster sa communication en contexte sensible.

Transformer les désaccords en opportunités de dialogue et de coopération durable.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- ▶ Identifier ses réactions face au stress · Comprendre le rôle du cerveau dans les escalades
- ▶ Repérer ses stratégies habituelles face aux tensions
- ▶ Utiliser la Communication Non Violente pour exprimer un désaccord de façon constructive
- ▶ Mettre en œuvre l'écoute active dans des situations sensibles
- ▶ Mobiliser l'intelligence émotionnelle pour réguler les interactions

À QUI S'ADRESSE CETTE FORMATION ?

- ▶ Vous devez gérer des désaccords sans toujours savoir comment réagir ?
- ▶ Certaines situations vous font perdre vos moyens ou vous mettent sous pression ?
- ▶ Les tensions ou non-dits compliquent vos relations de travail ?
- ▶ Vous souhaitez gagner en sérénité et en efficacité dans vos échanges, même en contexte difficile ?

PROGRAMME

Notre cerveau et le stress

Mécanismes physiologiques et émotionnels du stress

- ▶ Impact sur la perception, la communication et la prise de décision

Mécanismes d'escalade et de défense

- ▶ Comprendre les escalades et les biais qui alimentent les tensions
- ▶ Identifier ses modes habituels de gestion du conflit

Communication Non Violente

- ▶ Distinguer faits, interprétations, émotions et besoins
- ▶ Formuler un message clair et respectueux en situation de tension

Écoute active et intelligence émotionnelle

- ▶ Pratiquer l'écoute empathique et la reformulation
- ▶ Identifier et réguler ses émotions · Ajuster sa posture relationnelle

Outils concrets de gestion de conflit

- ▶ Intervenir à chaud · Clarifier la situation · Introduire des micro-changements

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

- ▶ Apports théoriques (neurosciences, communication, gestion du stress)
- ▶ Exercices de réflexion individuelle et échanges en groupe · Mises en situation et études de cas
- ▶ Outils pratiques directement transposables · Plan d'actions individuel

MODALITES D'ÉVALUATIONS

- ▶ Mise en situation évaluée
- ▶ Questionnaire de satisfaction

TARIFS

INTER-ENTREPRISES

Sessions dans des espaces sélectionnés au cœur de Paris ou en province.

1 jour · 7 heures

600 € HT /pers

INTRA-ENTREPRISE

Dans vos locaux ou dans des espaces dédiés, adaptés à vos équipes.

1 jour · 7 heures

1800 €HT (max 8 participants)

FORMATION 03 · 3 jours — 21 heures

Intégrer les pratiques narratives dans sa posture d'accompagnement

Et si les difficultés rencontrées par vos clients n'étaient pas des « problèmes à résoudre » mais des histoires à revisiter ? Changer les questions pour transformer les conversations : intégrez les pratiques narratives pour accompagner autrement, avec finesse, éthique et puissance.

PUBLIC CIBLE	Coaches professionnels (internes/externes), en formation, consultants, facilitateurs, praticiens de l'accompagnement
DURÉE	3 journées non consécutives — 21 heures
TARIF INTER	1 800 € HT
PRÉREQUIS	Formation de base au coaching ou expérience d'accompagnement

OBJECTIFS

Ce parcours immersif vous permet d'intégrer les pratiques narratives pour transformer votre posture d'accompagnant et enrichir vos interventions.

Vous apprenez à passer d'une logique de résolution de problèmes à une approche centrée sur les ressources, les valeurs et les histoires porteuses de sens, afin de redonner du pouvoir d'agir aux personnes accompagnées. Au fil des trois journées, vous développez des conversations qui ouvrent de nouvelles perspectives et soutiennent des changements durables, avec une intégration progressive entre les sessions.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- ▶ Expliquer les principes et l'éthique des pratiques narratives
- ▶ Adopter une posture narrative décentrée et influente en accompagnement
- ▶ Conduire une conversation d'externalisation du problème
- ▶ Identifier et développer des récits alternatifs à partir des valeurs et des exceptions
- ▶ Intégrer des outils narratifs dans ses accompagnements professionnels

À QUI S'ADRESSE CETTE FORMATION ?

- ▶ Vous êtes coach professionnel (interne ou externe) et souhaitez enrichir votre posture avec une approche puissante et respectueuse des personnes
- ▶ Vous êtes consultant, facilitateur et pratiquez déjà l'accompagnement individuel et cherchez à développer une posture plus décentrée, éthique et influente
- ▶ Vous accompagnez des personnes (évolution professionnelle, insertion, développement) et souhaitez faire émerger leurs ressources et ouvrir de nouvelles perspectives de sens et d'action
- ▶ Vous souhaitez renouveler vos pratiques et transformer la qualité de vos conversations d'accompagnement

PROGRAMME

Jour 1 — Changer de regard : fondements et posture narrative

- ▶ Origines et philosophie des pratiques narratives
- ▶ Multi-histoires de l'identité et influence des récits dominants
- ▶ Posture décentrée et influente — premières pratiques d'écoute narrative
- ▶ Exercices sur ses propres récits professionnels · Nombreuses mises en situation

Jour 2 — Conduire des conversations narratives

- ▶ Externaliser le problème : langage et effets sur la relation
- ▶ Explorer l'influence du problème et de la personne
- ▶ Identifier valeurs, intentions, compétences et exceptions
- ▶ Questions d'épaississement des récits préférés · Pratiques guidées sur cas réels avec feedback

Jour 3 — Re-authoring et intégration en coaching

- ▶ Conversations de re-authoring · Témoins extérieurs et documents narratifs
- ▶ Adapter les pratiques narratives au cadre du coaching professionnel
- ▶ Conduite d'une séquence complète + supervision collective
- ▶ Plan d'intégration dans sa pratique

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

- ▶ Apports théoriques structurés alternant avec de nombreuses mises en situation
- ▶ Études de situations professionnelles réelles apportées par les participants
- ▶ Travaux d'intersession avec retour réflexif · Feedback structuré entre pairs et du formateur
- ▶ Guides de questions narratives et ressources complémentaires

MODALITÉS D'ÉVALUATIONS

- ▶ Mise en situation évaluée /jeux de rôle (avec feedback)
- ▶ Exercices pratiques (ex : conduite d'un entretien, utilisation d'outils)
- ▶ Questionnaire de satisfaction

TARIFS

INTER-ENTREPRISES

Sessions dans des espaces sélectionnés au cœur de Paris ou en province.

3 jours · 21 heures

1 800 € HT/pers

INTRA-ENTREPRISE

Dans vos locaux ou dans des espaces dédiés, adaptés à vos équipes.

3 jours · 21 heures

5600 €HT (max 8 participants)

FORMATION 04 · 2 jours — 14 heures

Managers & RH : utiliser les pratiques narratives pour accompagner le changement et les situations complexes

Dans les organisations, les difficultés prennent souvent la forme d'étiquettes qui enferment les situations et limitent les marges d'action. Les pratiques narratives offrent des outils concrets pour conduire des conversations qui ouvrent des perspectives et soutiennent des dynamiques de coopération durables.

PUBLIC CIBLE	Managers de proximité & expérimentés, RH, HRBP, responsables d'équipes ou de projets
DURÉE	2 jours — 14 heures
TARIF INTER	1 200 € HT
PRÉREQUIS	Responsabilités managériales ou RH · Aucun prérequis théorique

OBJECTIFS

Cette formation permet aux managers et aux professionnels RH d'intégrer les pratiques narratives pour aborder autrement les situations de travail et de transformation.

Elle aide à sortir des lectures figées pour ouvrir des conversations centrées sur les ressources, renforcer l'engagement et soutenir des dynamiques de coopération durables.

Les participants développent une posture et des outils directement mobilisables dans leur quotidien (entretiens, feedback, accompagnement du changement) pour transformer la qualité des interactions au travail.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- ▶ Expliquer les principes clés des pratiques narratives appliqués au management et aux RH
- ▶ Adopter une posture relationnelle qui dissocie la personne du problème
- ▶ Conduire des conversations favorisant l'expression des ressources et des compétences
- ▶ Utiliser des questions narratives pour aborder les situations sensibles (tensions, démotivation, changement)
- ▶ Intégrer l'approche dans les pratiques professionnelles : entretiens, feedback, accompagnement

À QUI S'ADRESSE CETTE FORMATION ?

- ▶ Vous êtes manager et faites face à des situations complexes (tensions, démotivation, résistances au changement) que vous souhaitez aborder autrement
- ▶ Vous êtes RH ou HRBP et accompagnez des équipes ou des transformations, avec des enjeux relationnels forts
- ▶ Vous cherchez à développer une posture plus constructive pour conduire des conversations sensibles et soutenir l'engagement
- ▶ Vous souhaitez enrichir vos pratiques pour favoriser des dynamiques de coopération durables

PROGRAMME

Jour 1 — Changer de regard : comprendre et expérimenter l'approche narrative (40 % apports / 60 % pratique)

- ▶ Fondements des pratiques narratives · Effets des récits dominants et des étiquettes dans les organisations
- ▶ Mises en situation : transformer un entretien centré problème en entretien centré ressources
- ▶ Travail sur cas réels · Débriefs guidés · Apprentissages collectifs

Jour 2 — Mettre en œuvre dans les situations clés du management et des RH (40 % / 60 %)

- ▶ Externaliser les difficultés (conflit, résistance, tension) · Questions pour responsabiliser et engager
- ▶ Jeux de rôle : feedback difficile, tension d'équipe, accompagnement d'un collaborateur
- ▶ Co-développement narratif · Élaboration d'un plan d'action individuel

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

- ▶ Apports théoriques courts et contextualisés · Exercices pratiques et simulations sur cas réels
- ▶ Réflexivité individuelle et collective · Feedback structuré pairs et formateur
- ▶ Guide de questions utilisables directement en situation professionnelle

MODALITES D'ÉVALUATIONS

- ▶ Mise en situation évaluée /jeux de rôle (avec feedback)
- ▶ Exercices pratiques (ex : conduite d'un entretien, utilisation d'outils)
- ▶ Questionnaire de satisfaction

TARIFS**INTER-ENTREPRISES**

Sessions dans des espaces sélectionnés au cœur de Paris ou en province.

2 jours · 14 heures

1 200 € HT/pers

INTRA-ENTREPRISE

Dans vos locaux ou dans des espaces dédiés, adaptés à vos équipes.

2 jours · 14 heures

3800 €HT (max 8 participants)

Agir sur les tensions pour la prévention des conflits et des RPS — Renforcer la QVT

Face aux tensions et aux situations de mal-être, les organisations ont besoin d'outils concrets pour agir en prévention. Les pratiques narratives permettent de désamorcer les escalades, de sortir des logiques de blâme et de favoriser des dynamiques de coopération là où les RPS prennent souvent naissance.

PUBLIC CIBLE	Managers, RH, HRBP, référents RPS, chargés QVT et prévention
DURÉE	2 jours — 14 heures
TARIF INTER	1 200 € HT
PRÉREQUIS	Aucun

CADRE RÉGLEMENTAIRE

La formation s'inscrit dans les obligations de l'employeur en matière de santé et sécurité au travail (Code du travail, L4121-1 et suivants) : intégration des RPS dans le DUERP, actions de prévention primaire visant à réduire les facteurs relationnels et organisationnels, développement des compétences managériales contribuant à la QVCT.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- ▶ Comprendre les mécanismes relationnels contribuant aux tensions et aux RPS
- ▶ Adopter une posture qui dissocie la personne du problème pour limiter la stigmatisation
- ▶ Conduire des conversations permettant de nommer et externaliser les difficultés
- ▶ Identifier et mobiliser les ressources et leviers de coopération dans les équipes
- ▶ Intégrer ces pratiques dans les démarches QVT et de prévention RPS de l'organisation

À QUI S'ADRESSE CETTE FORMATION ?

- ▶ Vous êtes manager et faites face à des tensions, des incompréhensions ou des situations de mal-être au sein de votre équipe
- ▶ Vous êtes RH, HRBP ou référent RPS et accompagnez des situations sensibles ou des démarches de prévention
- ▶ Vous êtes impliqué dans des démarches QVT / QVCT et cherchez des outils concrets pour renforcer la coopération
- ▶ Vous souhaitez développer une posture plus ajustée pour aborder les situations difficiles sans stigmatiser ni aggraver les tensions

PROGRAMME

Jour 1 —**Comprendre les RPS et les dynamiques relationnelles**

- ▶ Fresque des RPS : exploration collective des facteurs de risques, des enchaînements et des impacts sur les individus et les collectifs
- ▶ Comprendre le lien entre interactions, climat de travail et risques psychosociaux
- ▶ Posture managériale et RH : sécuriser les échanges
- ▶ Mises en situation : nommer les tensions sans accusation · Débriefs orientés apprentissages
- ▶ Lien entre interactions, climat relationnel et RPS · Posture sécurisante : dissocier la personne du problème

Jour 2 — Conversations qui restaurent coopération et sécurité psychologique

- ▶ Externaliser les tensions · Explorer leurs effets sur le travail
- ▶ Conduire des conversations pour aborder les situations sensibles (conflits, démotivation, mal-être)
- ▶ Techniques pour prendre du recul sur les situations et éviter les escalades
- ▶ Questions pour faire émerger ressources, intentions et exceptions
- ▶ Jeux de rôle : conflit interpersonnel, collaborateur en difficulté, tension d'équipe
- ▶ Élaboration d'un plan d'action pour son contexte organisationnel

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

- ▶ Fresque des RPS : expérience immersive et collaborative pour visualiser les dynamiques à l'origine des tensions et des risques psychosociaux
- ▶ Apports ciblés et directement applicables en contexte managérial et RH
- ▶ Apports théoriques courts et contextualisés QVT/RPS · Questions narratives
- ▶ Simulations et jeux de rôle réalistes · Études de cas terrain · Réflexivité collective
- ▶ Feedback structuré formateur et pairs

MODALITES D'ÉVALUATIONS

- ▶ Mise en situation évaluée /jeux de rôle (avec feedback)
- ▶ Exercices pratiques (ex : conduite d'un entretien, utilisation d'outils)
- ▶ Questionnaire de satisfaction

TARIFS

INTER-ENTREPRISES

Sessions dans des espaces sélectionnés au cœur de Paris ou en province.

2 jours · 14 heures

1 200 € HT/pers

INTRA-ENTREPRISE

Dans vos locaux ou dans des espaces dédiés, adaptés à vos équipes.

2 jours · 14 heures

3800 € HT (max 8 participants)

Incarner un leadership responsable : aligner posture, décisions et relations

Et si le leadership responsable ne consistait pas à en faire plus... mais à changer la manière d'être en relation ? Inspirée des pratiques narratives et de l'approche systémique de Palo Alto, cette formation vivante et pragmatique invite chacun à explorer les histoires qui façonnent sa posture de leader.

PUBLIC CIBLE	Managers de proximité, cadres, responsables RH, tout pilote d'équipe
DURÉE	2 jours — 14 heures
TARIF INTER	1 200 € HT
PRÉREQUIS	Aucun

OBJECTIFS

Cette formation permet aux managers de renforcer leur impact en développant un leadership responsable, aligné et crédible dans leurs décisions et leurs relations.

Elle leur donne des leviers concrets pour mieux gérer la pression, fluidifier les interactions et mobiliser durablement leurs équipes.

Ils repartent avec des repères et des pratiques directement mobilisables pour incarner un leadership plus conscient, durable et impactant au quotidien.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- ▶ Identifier les principes et enjeux du leadership responsable dans son contexte
- ▶ Analyser sa posture et ses impacts relationnels, éthiques et systémiques
- ▶ Expérimenter des pratiques favorisant la responsabilité, la coopération et la décision consciente
- ▶ Adapter ses comportements pour développer confiance, engagement et régulation dans son équipe
- ▶ Élaborer un plan d'action individuel de développement des savoir-être

À QUI S'ADRESSE CETTE FORMATION ?

- ▶ Vous êtes manager ou cadre et souhaitez aligner davantage votre posture, vos décisions et vos relations
- ▶ Vous faites face à des situations complexes (pression, arbitrages, tensions) et cherchez à agir avec plus de discernement
- ▶ Vous souhaitez faire évoluer votre manière de manager pour favoriser confiance, engagement et coopération durable

PROGRAMME

Jour 1 — Se connaître et comprendre sa responsabilité de leader

- ▶ Fondamentaux du leadership responsable : responsabilité individuelle, collective et systémique
- ▶ Atelier : auto-diagnostic des savoir-être (écoute, courage, humilité, clarté, éthique) + feedback croisé
- ▶ Conscience de soi et régulation : déclencheurs, modes de réaction, pratiques de recul
- ▶ Étude de cas : décision difficile avec enjeux humains et organisationnels · Journal réflexif

Jour 2 — Agir et incarner dans la relation et la décision

- ▶ Créer un climat de confiance et de responsabilité : sécurité psychologique et exemplarité
- ▶ Atelier : conversations responsables — écoute profonde et feedback responsable
- ▶ Décider avec conscience : parties prenantes, impacts, cadres de discernement éthique
- ▶ Simulation collective et débrief systémique · Plan d'action individuel partagé en binômes

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- ▶ Apports conceptuels ciblés, ancrés dans les situations managériales et les enjeux de leadership
- ▶ Jeux de rôle et simulations · Études de cas réels
- ▶ Réflexivité guidée (journal d'apprentissage, temps de recul structurés) pour ancrer les évolutions de posture

MODALITÉS D'ÉVALUATIONS

- ▶ Auto-positionnement en amont sur ses pratiques de leadership et ses enjeux
- ▶ Évaluation continue à travers des mises en situation, ateliers réflexifs et feedbacks croisés entre participants/jeux de rôle (avec feedback)
- ▶ Exercices pratiques (ex : conduite d'un entretien, utilisation d'outils)
- ▶ Questionnaire de satisfaction

TARIFS

INTER-ENTREPRISES

Sessions dans des espaces sélectionnés au cœur de Paris ou en province.

2 jours · 14 heures

1 200 € HT/pers

INTRA-ENTREPRISE

Dans vos locaux ou dans des espaces dédiés, adaptés à vos équipes.

2 jours · 14 heures

3800 € HT (max 8 participants)

FORMATION 07 · 3 jours — 21 heures

Cycle Nouveaux managers — Réussir sa prise de fonction et développer des pratiques managériales efficaces

Prendre un poste de manager est une étape clé... mais personne ne vous apprend vraiment à naviguer entre attentes, relations, décisions et pression du quotidien. Ce cycle propose un parcours structuré en 3 journées espacées de 3 à 4 semaines pour construire des bases solides et des pratiques efficaces.

PUBLIC CIBLE	Nouveaux managers, chefs d'équipe, responsables de projets récemment nommés
DURÉE	3 jours espacés (3-4 semaines) — 21 heures + co-développement structuré en J3
TARIF INTER	1 800 € HT
PRÉREQUIS	Exercer ou s'apprêter à exercer des responsabilités managériales

OBJECTIFS

Ce cycle permet aux nouveaux managers de sécuriser leur prise de fonction et de construire des bases solides pour piloter leur activité avec clarté et confiance.

Il vise à développer une posture managériale ajustée, capable de concilier exigences opérationnelles, qualité des relations et engagement des équipes.

Les participants acquièrent des repères et des outils concrets pour fixer un cadre, prendre des décisions, gérer les situations sensibles et instaurer des relations de travail fondées sur la confiance et la responsabilité.

Le format en journées espacées favorise l'expérimentation sur le terrain, la prise de recul et l'ancrage durable des pratiques managériales.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- ▶ Clarifier son rôle, ses priorités et sa légitimité de manager
- ▶ Fixer des objectifs alignés avec le sens et la motivation des équipes
- ▶ Identifier les mécanismes du stress et du conflit · Réguler les situations sensibles
- ▶ Utiliser des outils de feedback efficaces (modèle CESAR)
- ▶ Analyser ses pratiques grâce au co-développement · Élaborer un plan d'action managérial

À QUI S'ADRESSE CETTE FORMATION ?

- ▶ Vous venez de prendre un poste de manager ou vous vous apprêtez à le faire
- ▶ Vous devez encadrer une équipe ou piloter un projet avec des responsabilités managériales nouvelles
- ▶ Vous faites face à des situations nouvelles (prise de décision, gestion des tensions, fixation d'objectifs) et souhaitez gagner en repères et en efficacité
- ▶ Vous souhaitez structurer vos pratiques pour manager avec plus de clarté, de confiance et d'impact

PROGRAMME

Jour 1 — Prendre sa fonction et poser les bases du management

- ▶ Missions, responsabilités, posture et légitimité · Passer de pair à manager
- ▶ Installer un cadre de fonctionnement · Construire la confiance · Management par le sens
- ▶ Fixer des objectifs SMART Way · Lien avec la motivation intrinsèque · Donner du sens aux objectifs
- ▶ Atelier : reformuler des objectifs et les relier à la stratégie

Jour 2 — Comprendre et gérer les tensions au travail

- ▶ Mécanismes neuro-émotionnels du stress · Impact sur perception, communication et décisions
- ▶ Dynamiques de conflit : escalade, biais, interprétations · Stratégies habituelles face aux tensions
- ▶ Communication Non Violente · Écoute active · Intelligence émotionnelle
- ▶ Outils concrets : intervenir à chaud, clarifier, introduire des micro-changements

Jour 3 — Développer des pratiques managériales efficaces et apprendre ensemble

- ▶ Posture managériale au quotidien · Facteurs clés d'engagement · Points de vigilance
- ▶ Donner du feedback : modèle CESAR · Mises en situation et débriefing
- ▶ Atelier de co-développement : travail sur situations réelles, questionnement collectif structuré
- ▶ Synthèse des apprentissages · Ancrage mémoriel · Plan d'action individuel

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- ▶ Apports théoriques interactifs · Exercices et mises en situation · Jeux de rôle · Études de cas
- ▶ Travail en sous-groupes · Co-développement structuré en J3 · Auto-positionnement début/fin
- ▶ Support pédagogique complet remis aux participants

MODALITÉS D'ÉVALUATIONS

- ▶ Auto-positionnement en amont sur ses pratiques et enjeux managériaux
- ▶ Évaluation continue à travers des mises en situation, ateliers réflexifs et feedbacks croisés entre participants/jeux de rôle (avec feedback)
- ▶ Évaluation spécifique lors de l'atelier de co-développement (analyse de situations réelles et qualité du questionnement)
- ▶ Questionnaire de satisfaction

TARIFS

INTER-ENTREPRISES

Sessions dans des espaces sélectionnés au cœur de Paris ou en province.

3 jours · 21 heures

1 800 € HT/pers

INTRA-ENTREPRISE

Dans vos locaux ou dans des espaces dédiés, adaptés à vos équipes.

3 jours · 21 heures

5600 €HT (max 8 participants)