

MANAGER DANS UN ENVIRONNEMENT VICA - PERFECTIONNEMENT

Ce que vous vivez

Le monde professionnel est devenu VICA : Volatile, Incertain, Complexe et Ambigu. Cette réalité transforme en profondeur votre rôle de manager. Comment garder son équilibre quand les repères changent ? Comment désamorcer les tensions dans un contexte instable ? Cette formation vous aide à comprendre les mécanismes de la déstabilisation, à renforcer votre posture, et à développer des réponses agiles et concrètes face aux turbulences du quotidien.

Pour qui

Managers, cadres ou responsables de service confrontés à des environnements instables souhaitant renforcer leur agilité personnelle et relationnelle.

2 jours (14h)

Présentiel ou à distance selon les besoins de votre structure

1 390 € HT

Objectifs de la formation

- Identifier les situations professionnelles sources de déstabilisation
- Mieux comprendre vos réactions émotionnelles et comportementales
- Adopter des pratiques de régulation pour garder votre calme et votre posture
- Agir avec souplesse et lucidité dans un contexte mouvant
- Mettre en place des méthodes préventives et correctives pour renforcer l'équipe

Méthodes pédagogiques

- Autodiagnostic managérial
- Apports ciblés
- Echanges entre pairs et analyse de situations vécues
- Cas pratiques & mises en situation
- Élaboration d'un plan d'actions personnel de progression

Modalités d'évaluation

- Recueil d'attentes et analyse des besoins (avant la formation)
- Observation et évaluation des mises en situation
- Retour croisé sur les pratiques managériales

POUR CONNAITRE LES DATES DES PROCHAINES SESSIONS OU DEMANDER UN DEVIS, NOUS CONTACTER

59 Rue Claude Chappe
78370 Plaisir

☎ 01 30 79 53 98 ✉ 01 30 79 53 99 ✉ contact@excellensformation.com

SAS au capital de 7 500€

SIREN 502 197 551 RCS Versailles - SIRET 502 197 551 00034

Code APE : 8559 A - N°TVA : FR14502197551 - OF N°11788063378

www.excellensformation.com

Contenu de la formation

Identifier ce qui déstabilise dans le contexte managérial

- Cartographier les situations fréquentes de tension ou d'instabilité
- Comprendre ce qui vous atteint personnellement dans ces contextes
- Analyser ses propres réactions : fuite, lutte, sidération, contrôle à l'excès...

Renforcer sa capacité à faire face

- Clarifier ce qui déclenche nos réactions automatiques
- Prendre du recul pour reconsidérer une situation autrement
- Développer sa zone de confort relationnelle et émotionnelle

Se ressourcer pour mieux gérer les tensions

- Pratiquer la respiration, la visualisation et les micro-pauses efficaces
- Identifier et désactiver les pensées parasites
- Reconnaître ses besoins fondamentaux pour mieux poser ses limites

Développer une posture managériale agile

- Comprendre l'agilité comme compétence d'adaptation active
- Cultiver des réflexes d'anticipation, de coopération, de créativité
- Identifier les leviers internes (croyances, routines, feedback) et externes (outils, équipe, environnement) pour rester agile

Analyser une situation déstabilisante pour mieux agir

- Utiliser une grille d'analyse pour objectiver les événements
- Repérer les signaux faibles et les déséquilibres relationnels
- Identifier les causes d'un blocage ou d'un conflit
- Construire un plan d'action ajusté et réaliste

Maîtriser la méthode O.D.S.A. de résolution de problème

- Observation : Recueillir les faits sans interprétation
- Diagnostic : Identifier les causes et les effets
- Stratégie : Définir une orientation
- Action : Définir les actions concrètes

Profil de l'intervenant

Formateur ou formatrice spécialisée dans les environnements incertains et les postures managériales adaptatives. Expérimentée dans l'accompagnement d'agents publics en contexte de tension.

Accessibilité

Nous nous engageons à rendre cette formation accessible, avec des supports adaptés et des aménagements possibles selon les besoins de chaque participant.

POUR CONNAITRE LES DATES DES PROCHAINES SESSIONS OU DEMANDER UN DEVIS, NOUS CONTACTER

59 Rue Claude Chappe
78370 Plaisir

☎ 01 30 79 53 98 ✉ 01 30 79 53 99 ✉ contact@excellensformation.com

Organisme certifié Qualiopi
sous le n°2020/89914.1
pour les actions de formation.

SAS au capital de 7 500€
SIREN 502 197 551 RCS Versailles - SIRET 502 197 551 00034
Code APE : 8559 A - N°TVA : FR14502197551 - OF N°11788063378
www.excellensformation.com