

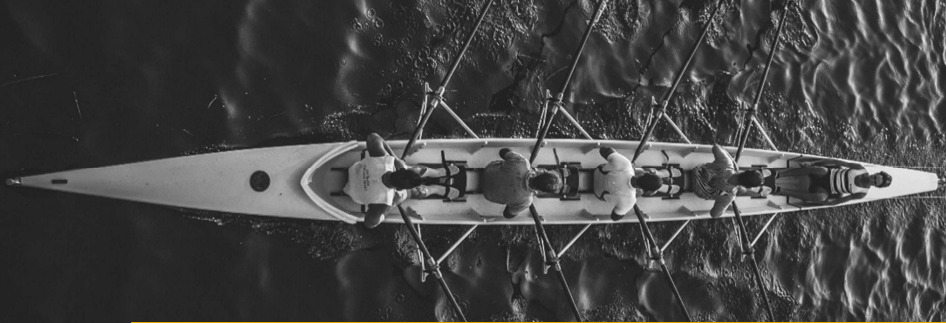


Parcours Tolmos® Managers – Maîtrise & Impact

Manager avec discernement, agir avec cohérence

2025/2026

FR | EN



Une formation pour développer un management plus conscient, efficace et fédérateur

Chaque entreprise, **unique dans son contexte et son fonctionnement**, reste un acteur économique clé dont la taille est autant synonyme d'agilité que de fragilité.

Son équilibre repose souvent sur un(e) dirigeant(e) qui endosse tour à tour les rôles de PDG, commercial(e), DRH, DAF ou sur un comité de direction ou de gouvernance (*parfois bicéphale*) où cohabitent des profils techniques et administratifs dont les visions ne sont pas toujours alignées.

Le **paradoxe** est là : qu'elles soient à taille humaine ou à plus grande échelle, les entreprises sont souvent suffisamment développées pour gérer des enjeux complexes mais pas toujours assez agiles ou structurées pour disposer des ressources capables de les résoudre avec fluidité.

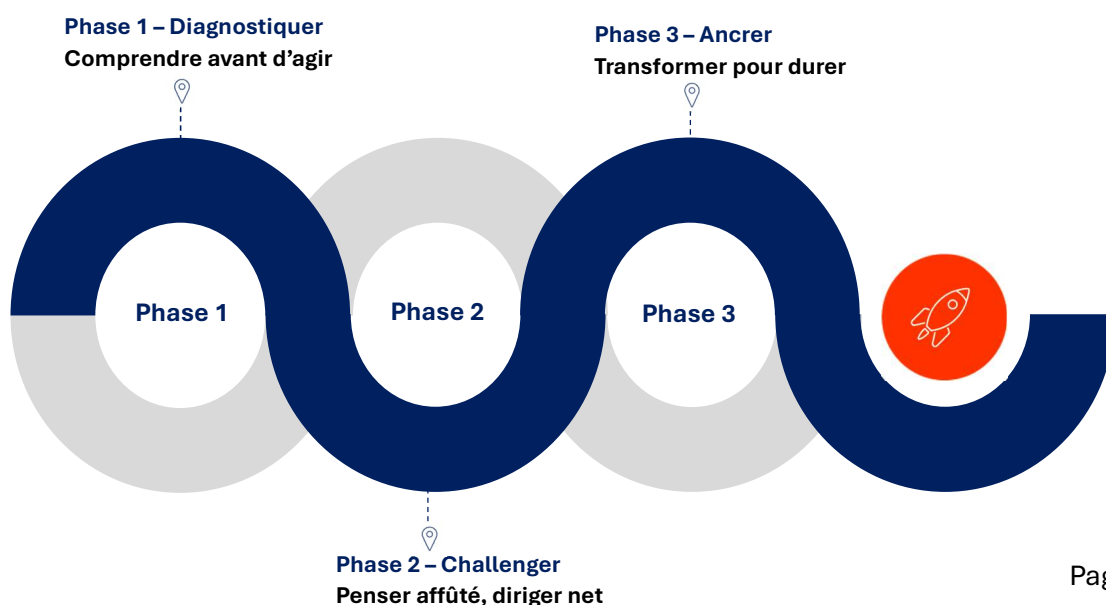
Partager ce paradoxe, le comprendre et le relier à la réalité de son propre fonctionnement, c'est déjà actionner un levier pour consolider ce qui doit l'être.

Dans ces environnements où le rythme change sans cesse, où l'urgence devient la norme, les managers sont sursollicité(e)s. Rares sont celles et ceux qui ont choisi de devenir managers par vocation : bonnes techniciennes et bons techniciens, expertes et experts engagé(e)s qui ont majoritairement progressé par compétence avant d'être accompagné(e)s dans le pilotage humain. Là se crée **le décalage entre performance technique et maîtrise managériale** : beaucoup pratiquent l'agilité, mais peu cultivent la maîtrise.

Tolmos® propose une **approche différente** : une formation pensée pour que la/le manager reste clair sous pression, pilote ses équipes avec constance et fasse croître les autres sans les user.

Le Parcours Tolmos® Managers

Une approche progressive pour développer un management lucide, cohérent et durable.



La méthode Tolmos® s'appuie sur **une progression claire et fluide**, alliant diagnostic préalable, formation intensive et ancrage dans le temps. Chaque phase s'articule autour d'objectifs précis pour **garantir une transformation managériale mesurable et pérenne**.

Phase 1 – Entretien de cadrage stratégique Tolmos®

Former efficacement, c'est d'abord comprendre ce que l'on transforme.

Objectif : comprendre les dynamiques internes avant toute action.

Cette phase permet d'ajuster la formation aux réalités concrètes de l'entreprise et de ses équipes. Chez Tolmos®, chaque accompagnement **débute par une phase de diagnostic**. Cette étape essentielle nous permet de comprendre vos enjeux organisationnels et de personnaliser notre intervention pour un meilleur impact.

Étape 1 : Diagnostic organisationnel

Il inclut :

		
Rencontrer les parties prenantes Direction, RH, Manager, N+1 ou DAF si pertinent. Ces échanges permettent de comprendre les enjeux stratégiques et les attentes spécifiques.	Recueillir des données factuelles Entretiens professionnels et d'évaluation, indicateurs RH, taux de rotation du personnel, etc.	Analyser les enjeux stratégiques Décoder les dynamiques internes, climat social, charge décisionnelle, alignements des rôles, etc.

Étape 2 : Outils psychométriques

Selon les besoins identifiés lors du diagnostic, nous utilisons différents instruments psychométriques reconnus pour leur fiabilité. Chaque outil répond à un objectif spécifique d'évaluation.

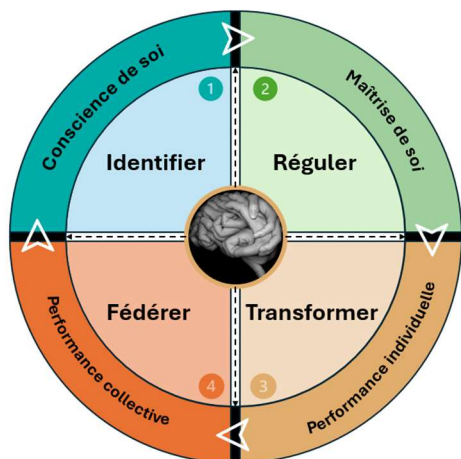
 Communication & Management DISC ou Process Communication Model (PCM) pour analyser les styles de communication, les comportements sous stress et optimiser la posture managériale au sein des équipes.	 Personnalité Professionnelle MBTI Step II ou PAPI 3 pour identifier les préférences comportementales, les modes de fonctionnement privilégiés et les contributions naturelles de chaque profil en contexte professionnel.
 Motivation au Travail WPMOT (Thomas International) pour comprendre les leviers de motivation intrinsèques et extrinsèques, permettant d'aligner les missions avec les aspirations individuelles.	 Traits de Personnalité Big Five (modèle OCEAN) pour évaluer les cinq grandes dimensions de la personnalité : Ouverture, Conscienciosité, Extraversion, Agréabilité et Neuroticisme.

Tolmos® complète le diagnostic par une mesure d'intelligence émotionnelle (EQ-i 2.0) ou une évaluation 360° Leadership si le diagnostic le préconise.

Phase 2 – Parcours Tolmos® Managers

Parce qu'un manager clair dans ses actes l'est d'abord dans son raisonnement.

Quatre modules de formation en présentiel, répartis sur 4 jours (2j + 1j + 1j) et sur 3 mois afin d'apprendre à se connaître et à se maîtriser pour agir avec lucidité et créer un impact collectif durable.



Modules

Objectifs

1. Conscience de soi	Identifier ses mécanismes internes.
2. Maîtrise de soi	Réguler ses états internes pour agir avec justesse.
3. Performance individuelle	Transformer la lucidité en efficacité opérationnelle.
4. Performance collective	Transformer l'intelligence individuelle en dynamique d'équipe.

Module	Durée	Titre	Objectifs pédagogiques
1. Conscience de soi 2. Maîtrise de soi	2 jours	Développer la conscience et la maîtrise nécessaires pour agir avec discernement dans la complexité managériale.	1. Identifier ses modes de fonctionnement cognitifs et émotionnels en situation de décision et/ou de tension. 2. Comprendre l'influence de ses biais cognitifs sur ses décisions et ses interactions. 3. Réguler ses émotions et sa posture pour maintenir une stabilité managériale mesurable. 4. Adapter sa communication selon les profils, niveaux de stress et contextes. 5. Instaurer une discipline mentale : penser clair, parler juste, agir cohérent. 6. Intégrer la régulation comportementale dans les obligations RH (prévention RPS, QVCT).
3. Performance individuelle	1 jour	Transformer la lucidité personnelle en efficacité opérationnelle mesurable.	1. Structurer son activité selon les priorités réelles (impact, coût, valeur ajoutée). 2. Décider avec rigueur et cohérence dans un environnement contraint. 3. Traduire les objectifs stratégiques en plans d'action opérationnels. 4. Optimiser son énergie mentale et son organisation dans la durée.
4. Performance collective	1 jour	Installer une dynamique d'équipe durable et responsabilisante, adossée à un pilotage RH structuré.	1. Installer une dynamique d'équipe stable et performante. 2. Responsabiliser les collaborateurs par la clarté du cadre et la cohérence du feedback. 3. Gérer les tensions et résistances en favorisant la cohésion. 4. Piloter la performance collective à partir des dispositifs RH (GEPP, QVCT, DUERP, entretiens). 5. Transformer les réunions, entretiens et échanges collectifs en leviers de performance.

De la conscience à la maîtrise, de la maîtrise à la performance : une trajectoire vers un leadership lucide et durable. Chaque session de formation combine apports concrets, études de cas et mises en situation issues de la réalité de terrain des participants.

Phase 3 – Suivi post-formation

Parce que la transformation se mesure dans la durée.

Pendant **les 3 mois qui suivent la formation**, Tolmos® accompagne chaque manager dans la mise en œuvre concrète des apprentissages.

Cet accompagnement personnalisé **vise à l'aider à implémenter durablement** les nouveaux réflexes managériaux dans son environnement professionnel propre. Une attention particulière est donnée au « comment » avec une adaptation des outils, un ajustement des postures et une consolidation des habitudes de pilotage.

- **Deux entretiens individuels** en visioconférence avec chaque manager pour travailler sur une thématique spécifique (ex : gestion de tension, communication, décision, priorisation, etc.).
- **Accès à un support de suivi digital** pour consolider les apprentissages et évaluer l'application des plans d'action.
- **Échanges RH / Direction** pour mesurer les effets sur le terrain et ajuster en interne si nécessaire.

Chez Tolmos®, la formation ne s'arrête pas à la salle : elle s'ancre dans le réel.



Impacts Business attendus

Axes d'impact	Effets mesurables attendus (qualitatifs et observables)
Stabilité managériale	Diminution des tensions récurrentes, constance dans la posture et la communication managériale.
Performance individuelle	Meilleure priorisation, baisse du stress décisionnel, exécution complète des plans d'action.
Performance collective	Renforcement de la cohésion et de la responsabilisation d'équipe, régulation autonome des conflits.
Conformité RH	Augmentation du taux d'entretiens professionnels réalisés, intégration réelle des plans QVCT et GEPP.
Capital humain durable	Amélioration du climat social, fidélisation managériale, sentiment accru de clarté et de stabilité.

L'ensemble de ces indicateurs illustre une amélioration tangible de la posture managériale et de la performance globale de l'organisation.



La plus-value Tolmos®

Notre valeur ajoutée repose sur **une approche distinctive** qui allie expertise méthodologique, rigueur scientifique et dimension humaine. Nous croyons que la performance durable ne peut se construire que sur une base solide de lucidité personnelle et de cohérence managériale.



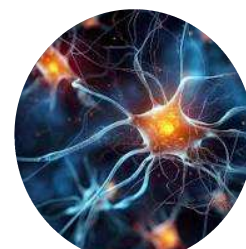
Diagnostic 360°

Chaque parcours Tolmos® démarre par une lecture réaliste du terrain grâce à un questionnaire de 50 questions pour identifier les forces, les freins, les non-dits de votre entreprise. Nous objectivons ensemble les données RH, nous clarifions le contexte et nous posons le vrai diagnostic pour un accompagnement sur-mesure.



Formation intégrative

Tolmos® garantit des sessions de formation dynamiques où chaque apport théorique est immédiatement transformé en actions concrètes grâce à un carnet de bord composé de fiches-actions, de modèles de protocoles, de temps de prise de recul individuel et d'échanges entre pairs. Chaque manager repart avec un kit utilisable dès le lendemain.



Approche neurocognitive

La méthode Tolmos® mobilise les apports de la recherche sur le cerveau pour favoriser les apprentissages et garantir une mise en œuvre intentionnelle : chaque manager sait précisément ce qu'il va appliquer et comment il va l'appliquer. Le suivi Tolmos® accompagne chaque manager pour faciliter sa mise en action grâce au feedback et au feedforward.



Notre engagement qualité

Tolmos® s'engage à vous fournir un accompagnement de haute qualité, fondé sur l'éthique professionnelle et la confidentialité. Nos formateurs sont des professionnels certifiés avec une expérience significative du management et de l'accompagnement en entreprise.

Intervenant(e)s



Frédéric GUILLERAY

Conférencier et auteur sur les sciences cognitives appliquées à la formation et au Management. Co-fondateur de *Apprendre et Former avec les Sciences Cognitives*.



Audrey POUYALET

Manager depuis 20 ans au sein de PME et d'entreprises Grands Comptes. Conseillère RH emploi et formation. Coach professionnelle.



Grégory JASPART

Ancien cadre supérieur de l'Éducation nationale. Ingénieur pédagogique. Consultant Bilan de compétences. Coach professionnel.

Think sharp. Lead clean.

La rigueur du mental. La clarté de l'action. La force du collectif.

Pour toutes informations, veuillez contacter Audrey POUYALET au 06.69.10.80.48 ou par email à l'adresse : a.pouyalet@tolmos.fr