

Fly And Fight :

Piloter la performance grâce aux méthodes de l'aviation de chasse



▲ Le capitaine Benoit Planche « Tao » aux commandes du Rafale Solo Display en 2015

Benoit Planche et Judicaël Jeandin ont fait leurs armes dans l'aviation de chasse au sein de l'Armée de l'air et de l'espace. Aujourd'hui, ils transmettent leur expertise au monde de l'entreprise au travers de Fly and Fight, une expérience immersive où le simulateur de vol devient un outil d'apprentissage de techniques de gestion de la performance. Objectif : offrir des méthodes issues de l'aéronautique pour mieux affronter les défis du quotidien.

Aviate, navigare, communicate

Les processus de l'aéronautique reposent sur des principes clairs et éprouvés, qui permettent aux pilotes de prendre des décisions rapides et efficaces. À cela s'ajoute la rigueur des briefings et débriefings, pratiques systématiques chez les aviateurs pour analyser objectivement les missions et optimiser les processus. L'approche a toutes les raisons d'être transposée au monde de l'entreprise, pour qui veut garder le cap sur l'essentiel, structurer son action et ne pas se laisser submerger par l'urgence. Ces méthodes, issues du cockpit, peuvent devenir des outils puissants pour améliorer la gestion du stress, la prise de décision et l'efficacité collective.



▲ Benoit PLANCHE, alias « Tao », ancien pilote du Mirage 2000N puis du Rafale
Judicaël JEANDIN, ancien préparateur physique et mental pour les pilotes de chasse.

Dans les années 1990, l'Armée de l'air a intégré le facteur humain au cœur de ses protocoles en développant les « techniques d'optimisation du potentiel » (TOP)[®]. L'ambition : aider les militaires à gérer leur stress opérationnel en leur fournissant des outils, pour qu'ils puissent mobiliser les bonnes ressources psychocognitives au bon moment. « Les TOP sont une boîte à outils pédagogiques qui permet à chacun de se préparer, de se gérer et de récupérer après une mission pour rester performant dans la durée », explique Judicaël Jeandin, ancien préparateur physique et mental pour les pilotes de chasse sous le *call sign* « Judi ».

Si toutes les carrières aéronautiques ou militaires sont exigeantes, celle de pilote de chasse ajoute une intensité particulière. « La condition physique est importante, mais 70 % de la performance tient au mental », affirme Benoit Planche, alias « Tao », ancien pilote

du Mirage 2000N puis du Rafale, dont trois ans en tant que démonstrateur officiel. « Il faut être résilient et savoir tenir dans la durée. Or, souvent, c'est la tête qui lâche en premier. » Dans un environnement stressant où le sol défile à 1400 km/h, mieux vaut savoir conserver l'équilibre nécessaire à la bonne exécution de la mission. « Il faut savoir gérer les baisses de moral, mais aussi l'excès de confiance, qui est tout aussi dangereux », précise-t-il. « La préparation, la mentalisation et la récupération sont capitales », abonde Judicaël Jeandin.

L'exigence atteint son paroxysme lors des démonstrations du Rafale Solo Display, où



Plus d'infos sur
flyandfight.fr

chaque manœuvre pousse l'aéronef et le pilote au maximum de leurs capacités. « Pour montrer ce dont la machine est capable, il faut optimiser ses performances en allant chercher les limites, mais sans jamais les franchir », raconte Benoit Planche. Une discipline qui rappelle celle des athlètes de haut niveau : apprendre à gérer une forte charge physique et mentale pour donner le meilleur, sans se brûler les ailes.

« **Le cœur de notre sujet, c'est l'humain et la performance.** »

Pour ces anciens aviateurs, le parallèle avec le monde de l'entreprise est évident. Les méthodes issues de l'aéronautique permettent de développer des soft skills, ces compétences humaines essentielles pour compléter une expertise technique. « Aujourd'hui, peu d'endroits permettent d'acquérir ces compétences. Les professionnels maîtrisent parfaitement leur domaine technique, mais sont parfois moins formés sur l'aspect humain », souligne Benoit Planche. Un constat qui peut être d'autant plus mal

vécu lorsqu'un expert technique est promu manager, un rôle où l'aspect humain prend une tout autre dimension.

Avec Fly and Fight, ces passionnés d'aéronautique proposent des outils adaptables, inspirés de leur expérience, que chaque participant peut s'approprier rapidement. Le cœur de l'apprentissage repose sur un simulateur de vol, permettant à chacun d'expérimenter des scénarios en vol libre ou guidé, selon les buts recherchés. Des interventions modulables selon les besoins des entreprises, du temps disponible et du budget.

En immersion courte d'une journée, l'expérience met les participants dans la peau d'un pilote de chasse à travers des ateliers pratiques et des échanges interactifs centrés sur la communication et la gestion de la performance. Sur un format plus long, de deux à trois jours, la formation approfondit des compétences clés : leadership, gestion de crise, prise de décision sous stress... Grâce à des mises en situation réalistes en simulateur, les participants analysent et optimisent leurs réactions face à des scénarios complexes, avec un accompagnement adapté.

« Nous repartons en ayant délivré des outils que les participants peuvent ensuite adapter à leur milieu. C'est parfois aussi l'occasion d'identifier un besoin plus important, auquel cas nous faisons un modèle sur mesure », expliquent les anciens aviateurs. Dans ce cas, les sessions sont adaptées aux demandes spécifiques de chaque organisation, voire de chaque individu, dans le but de travailler sur les points clés dans la durée. « C'est un modèle que nous utilisons, par exemple, avec des sportifs de haut niveau, que nous suivons régulièrement sur une saison complète. » De quoi prouver que la performance se construit, s'adapte et se pilote avec précision, quel que soit le terrain. **1**

- Caroline Courvoisier

FLY AND FIGHT AU SALON DU BOURGET 2025

L'équipe sera présente au Salon international de l'aéronautique et de l'espace de Paris-Le Bourget pour des démonstrations sur simulateur, des échanges avec des experts et la finale de la compétition e-sport aéronautique organisée chaque année. « C'est une occasion unique de découvrir notre approche et de tester nos méthodes en conditions réelles. L'aviation de combat a énormément à offrir aux entreprises en matière de leadership, de gestion du stress et de prise de décision rapide », souligne Judicaël Jeandin.

➤ Rendez-vous au hall 1 du Salon du Bourget les 20, 21 et 22 juin 2025.