

## PROGRAMME DE FORMATION



### « Développer la cohésion d'équipe Grâce aux techniques de l'improvisation théâtrale et du jeu burlesque »

#### Préambule

Le théâtre d'entreprise permet d'aborder des sujets sensibles du monde du travail, de favoriser les prises de conscience et d'amorcer des échanges constructifs.

En se mettant en scène, les problématiques d'une entreprise, les stagiaires prennent du recul collectivement sur une situation, parfois tendue ou complexe.

Ce théâtre, dit « d'entreprise », a pour objectif d'apporter de la vie, d'interroger et de stimuler la réflexion dans et sur le monde du travail ; et ainsi servir de point de départ à des échanges, des formations ou des ateliers.

Le théâtre permet de renforcer ses "soft skills" en entreprise.

Une méthodologie ludique et novatrice, qui vous permet de devenir acteur de votre apprentissage.

**Modalités de mise en œuvre :** stage en présentiel

**Public :** tout public, managers et dirigeants

Toute personne souhaitant développer ses potentiels et renforcer ses compétences transversales (communication relationnelle, affirmation de soi, gestion du stress...) en s'inspirant des techniques de jeu du comédien, pour s'épanouir pleinement dans sa vie pro et sa vie perso !

**Prérequis :** aucun

**Modalité d'accès à la formation :**

Bulletin d'inscription

**Objectifs opérationnels à atteindre en termes de compétences :**

A l'issue de la formation le stagiaire sera capable de :

- Mieux se connaître
- Améliorer sa communication
- Développer sa confiance
- Renforcer sa créativité
- Développer un sentiment d'appartenance à un groupe

**Objectifs pédagogiques :**

- Lâcher-prise, confiance en soi, écoute, considération de l'autre, réactivité, adaptation, créativité...
- Identifier les bénéfices des techniques d'improvisation en contexte de travail en équipe
- Améliorer les mécanismes de communication
- Cibler et révéler l'intelligence émotionnelle et collective d'un groupe
- Encourager une meilleure connaissance de l'autre
- Faire sauter les étiquettes et les barrières hiérarchiques
- Désamorcer les conflits

**Contenu et programme de la formation :**

**Module 1- Découvrir les techniques de l'improvisation théâtrale et identifier les bénéfices en situation de collaboration**

- Se mettre en condition et s'initier à l'improvisation à travers des exercices de base accessibles à tous
- Les piliers de l'improvisation
- Les 5 piliers comportementaux de l'improvisation : écoute, acceptation, confiance, prise de lead et lâcher prise
- Prendre conscience des bénéfices de ces clés comportementales en contexte de management et de changement

**Module 2- Savoir adapter sa communication aux autres**

- Connaître les canaux de communication pour favoriser une meilleure compréhension de l'échange

- Mieux se connaître : les forces et les axes d'amélioration de sa communication pour mobiliser ses ressources personnelles et bâtir une communication efficace
- Prendre conscience des 7 émotions universelles et leur impact et signification dans la relation aux autres
- Savoir établir la relation et se synchroniser avec son interlocuteur
- Prendre conscience de sa communication verbale, para verbale et non verbale sur les autres
- Savoir utiliser les techniques de perception des messages implicites et non-verbalisés dans sa communication

### **Encadrement de la formation :**

La formation est encadrée par Nicolas BOURGUIGNON qui assure la coordination de l'équipe pédagogique et administrative. Il est garant du respect du programme prévisionnel défini

### **Qualité du ou des formateurs :**

Nicolas BOURGUIGNON est Directeur Générale d'une entreprise de formation depuis plus de 20 ans et formateur et consultant en management et leadership.

Il pratique l'improvisation théâtrale depuis plus de 30 ans. Il s'est formé au jeu clownesque avec plusieurs compagnies et plus particulièrement au jeu burlesque avec Jean Claude COTILLARD et Jos HOUBEN. Il a développé une activité de théâtre d'entreprise et utilise le théâtre et le jeu dans ses formations de management. Il est concepteur de One Man Show. Il anime des ateliers et stages et se produit tous les deux mois dans un duo d'improvisation.

Il a travaillé pour et avec le CJD de Besançon à de nombreuses reprises soit lors de stages d'improvisation, mise en scène de rencontre régionale ou aide à l'organisation de biennale (2021). Il a créé des saynètes pour le CJD sur le thème « être un bon chef »

### **Moyens et méthodes pédagogiques :**

Des exercices théâtraux, jeux pédagogiques et saynètes improvisées

Mise en situation collective, en sous-groupe

Mises en situations au plus proche de la réalité métier quotidienne des participants : jeux de rôles de management avec le comédien-formateur, suivis d'une analyse personnalisée.

Le comédien « challenge » chaque participant en le faisant s'entraîner

Echanges d'expériences (entre les intervenants et les stagiaires, entre les stagiaires)

Apports théoriques sur le leadership et les techniques de communication

Documentation remise aux stagiaires : présentation et/ou livret du contenu théorique

### **Les « plus » de cette approche originale :**

Décalage : les participants sont placés en dehors de leur contexte professionnel pour mieux se connaître et expérimenter de nouveaux comportements.

**Oxygénation** : un cadre détendu pour apprendre dans la décontraction, plus efficace que la contrainte !

**Prise de recul** : Le jeu permet de mieux se connaître et revenir à l'essentiel

**Pragmatisme** : grâce aux débriefings après chaque exercice, chacun repart avec des clés personnelles et opérationnelles d'agilité professionnelle.

**Un training** comportemental livrant des clés de savoir-faire & savoir-être.

**Des retours très personnalisés** et vite opérationnels. Un cadre décalé, dynamique et motivant propice à l'appropriation de comportements nouveaux

**Une formation engageante**

### **Suivi, évaluation de la formation :**

QCM ou étude de cas/mise en situation

Evaluation de la formation par les participants

Remise d'une attestation en fin de formation

### **Validation et sanction de la formation :**

Une attestation de stage est systématiquement remise à l'issue de la formation conformément aux dispositions réglementaires.

### **Durée de la formation et modalités d'organisation :**

Durée : 1 jour à 2 jours, soit de 7 à 14 heures

Horaires prévisionnels : 9h00-12h00 13h30- 17h30

Lieu et moyens techniques :

La formation se déroule dans une salle spacieuse en tenue décontractée

Nombre de stagiaires : entre 8 et 12 stagiaires

Tarif pour les 2 jours hors frais de déplacements : 2800€