

Dynamiser une équipe par le théâtre d'improvisation (team building)

Cette formation a pour but de mettre tous les participants dans une situation de risque, où seule la confiance mutuelle et l'écoute active permettent de maîtriser la situation.

I) Objectifs

1. Améliorer la complicité professionnelle des membres du groupe :
2. Acquérir une vision globale de l'équipe afin d'améliorer la synergie du groupe :
Développer la prise en compte des intérêts de chacun, tous les participants doivent s'engager obligatoirement dans une direction (prise de décision) en fonction des autres, et en fonction d'une situation toujours nouvelle.

II) Public visé

Les membres d'une équipe

III) Programme

1. La notion de présence et la maîtrise de la communication interpersonnelle : une des ruptures des habitudes de communication les plus importantes en improvisation.

L'objectif est de :

- se sensibiliser au regard des autres (ou d'affronter pour les plus réservés), d'une part.
- comprendre comment s'articulent les éléments de base à la communication verbale et non verbale, d'autre part.

Les exercices ludiques mettent en évidence les 3 leviers indispensables de la communication.

- le regard et l'expression
- la voix.
- l'engagement corporel



Les stagiaires travaillent les leviers les uns après les autres. Seulement à la fin de cette partie, la cohérence entre les 3 leviers est travaillée.

2. La notion de confiance indispensable à un groupe de travail : les exercices requièrent une augmentation progressive de l'engagement de chacun ainsi que des risques pris. L'objectif est de sortir progressivement de sa zone individuelle de confort.

L'enjeu étant commun, seul un comportement solidaire basé sur la confiance permet une issue.

3. La notion d'écoute active : l'improvisation théâtrale n'étant pas écrite à l'avance, l'écoute est un des outils de communication indispensable au bon déroulement de l'action.

Elle permet également de se reposer aussi sur les autres en étant attentif à toutes les informations, et en tenant compte dans ses décisions.

Ces exercices aident surtout les stagiaires à comprendre les mécanismes de l'écoute active.

4. La répartition « dynamique » : décloisonner sa façon de penser (ouverture d'esprit) afin de s'adapter à des situations toujours nouvelles

IV) Durée

2 jours

V) Pédagogie

- Les techniques d'improvisation permettent de revoir nos habitudes de communication.
- Afin de valider les acquis étapes par étapes, le support vidéo est un outil indispensable. En effet, il renvoie un retour objectif de la situation et permet de prendre conscience des améliorations à apporter et des progrès réalisés.
- Chaque règle théorique est suivie d'une mise en application pratique selon des exercices propres à notre concept.

VI) Les plus de cette formation

L'atelier étant ponctué d'exercices ludiques, les participants n'hésitent pas à fournir un investissement personnel important (participation et prise de risque).