

Team Building par le Théâtre d'Improvisation



Intervenante

Catherine
MEYER

Formatrice en communication et gestion des relations humaines et psychopédagogue. Comédienne improvisatrice, elle est membre fondatrice de la Troupe de théâtre d'improvisation les Zidefuz (www.zidefuz.com).

Formée à la relation d'aide, à l'écoute active et à la CNV (communication non violente).

Elle intervient comme formatrice en entreprise, milieu soignant et éducatif et dans le monde de l'enseignement. Elle organise également des actions de cohésion avec les outils du théâtre d'improvisation, des jeux relationnels et coopératifs.

Présentation de l'Action de Cohésion :

Dans un service, une entreprise, une institution, la nécessité d'une équipe fédérée est primordiale. Face au contexte difficile de certains métiers, il est indispensable que l'équipe puisse se ressourcer et vivre des moments de cohésion. Le but de cette action de cohésion est de créer plus de lien et de coopération entre les personnes pour leur permettre de travailler de manière plus efficace ensemble.

Public visé :

Toute une équipe d'un service ou d'une entreprise y compris le manager.

Prérequis :

Cette action est ouverte à tous. Aucun prérequis, ni pratique du théâtre ou de l'improvisation théâtrale n'est nécessaire.

Contexte :

Improviser des saynètes sans avoir fait de théâtre au préalable, peut à priori susciter des craintes ! Et pourtant, guidée par l'intervenante, grâce à une mise en situation bienveillante et une pédagogie progressive, l'équipe va très vite prendre plaisir et goût à l'improvisation.

Objectifs poursuivis à travers l'improvisation théâtrale :

L'impro théâtrale est un outil très efficace qui a pour visée de :

- S'écouter mutuellement et accepter (la règle du Oui)
- Développer son sens de l'observation
- S'adapter, réagir, rebondir
- S'impliquer et percuter
- Aller dans la même direction
- Tenir compte de l'autre et co-construire avec lui
- Jouer le jeu, respect des règles
- Profiter de la synergie
- Soutenir et accompagner les autres
- Oser et innover
- Prendre du plaisir en équipe

Ressources & Savoir-Faire

SIRET : 527 509 368 000 17



Programme et contenu :

Exercices individuels et collectifs d'échauffement, issus de l'improvisation théâtrale, afin d'expérimenter :

- Ecoute de soi,
- Conscience corporelle,
- Mise en action physique,
- Disponibilité, réactivité,
- Rencontre et écoute de l'autre.

Découvertes rapides des **codes et techniques du théâtre d'impro**

Exercices ludiques et variées, pour expérimenter sa créativité individuelle au service de la créativité du groupe.

Construction de saynètes adaptées, issues de la réalité professionnelle des participants.

Temps de paroles et débriefing entre les animations pour favoriser les prises de conscience des fonctionnements de l'équipe et amorcer des changements.

Bilan de la journée :

- Quels enseignements tirer de cette journée ?
- Quelles découvertes de comportements transposables dans l'entreprise ?
- Quelles avancées pour l'équipe : bilan et Plan d'actions

Tarif : Demandez un devis

Durée :

1 journée de 6h pour toute une équipe de préférence en dehors du site.

Ou des ½ journées par petit groupe avec une mise en commun et partage des expérimentations lors d'un temps commun.

Renseignements

Ressources & Savoir-Faire
Catherine MEYER

32, rue du Maréchal Joffre - 68920 WINTZENHEIM

Tél. 06 78 14 88 48

c.meyer.formations@orange.fr

www.catherine-meyer-formations-alsace.com

