

FORMATION COMMUNICATION ET COHESION D'EQUIPE
5 JOURS Durée adaptée en fonction du nombre

Intervenant : JEAN LUC COHEN
COMEDIEN FORMATEUR

Tel : 0646290892 cohen.jluc@gmail.com Site : www.theatreplus.fr

PUBLIC

Salariés de l'entreprise
Séminaires d'intégration
Séminaires de cohésion (Nb : De 6 a 60)

OBJECTIFS

- ✓ Acquérir des outils essentiels de communication.
- ✓ Développer la confiance en soi
- ✓ Mieux se connaître pour mieux communiquer
- ✓ Rendre le collaborateur responsable des ses objectifs
- ✓ Réinterroger les représentations pour permettre l'appropriation des nouveaux savoirs
- ✓ Créer un climat propice à la dynamique de groupe

CONSTATS

L'entreprise se heurte à la résistance des collaborateurs : Peur du changement, peur de l'échec, soumission au manager, image de soi dépréciée... autant de freins à lever pour continuer à avancer ensemble.
En partant des acquis des collaborateurs: des connaissances, des compétences et des expériences, des émotions, le travail de réactivation et d'acquisition ou de réorganisation des savoirs peut commencer.
La formation « Communication et cohésion d'équipe » propose de mettre les apprenants en situation de réussite, individuellement, par des leviers personnels et de dynamique de groupe. Elle se base en l'occurrence sur le théâtre, les outils rhétoriques et la force de l'engagement.

METHODES

- Méthode active basée sur l'apprenant au centre du dispositif :
Agir pour apprendre, apprendre pour agir
- Outil Théâtre : Appropriation de techniques grâce aux jeux de rôle
 —> Distanciation
- Support pdf en fin de formation
- Suivi selon le cahier des charges établi au préalable

TECHNIQUES ET OUTILS

- Jeux de rôle /Outil vidéo Mise en situation réelle filmée autoscopie, vidéoscopie
- Outils théâtre et rhétorique/ Support pdf en fin de formation
- Suivi éventuel en fonction des besoins

En savoir un peu plus sur

JEAN LUC COHEN COMEDIEN FORMATEUR



Hier

- Commercial/Manager/Directeur commercial 15 ans
Dans l'Industrie pharmaceutique
- Responsable de la formation chez Sholl/Durex
Directeur commercial régional chez Idim Pharma

Aujourd'hui

Depuis

- Formateur Commerce communication Afpa /Cci / Esicad/ Fmi/ Grpe E.I... 12 ans
Accompagnant à la prise de parole en public
- Comédien 11 ans
- Professeur de théâtre (Enfants/Ados/Adultes/Public handicapé) 8 ans
- Metteur en scène 5 ans

Directeur de Théâtre Plus Formation (Qu'il a co- crée en 2008)

A savoir:

Il joue avec Michel Galabru depuis 2010

*Met en scène des comédiens handicapés
Pratique la direction d'acteurs dans différentes troupes de la région
Dirige la troupe théâtre plus et met en scènes plusieurs pièces de théâtre*

PROGRAMME JOUR 1

Ma Représentation /Mon Image

- Attentes et objectifs
- S'approprier les objectifs de formation
- Présentation ludique et interactive

Repas 12h – 14h00

- Points forts
- Axes de développement.
Notions et 1eres réflexions

- Conditions qui favorisent la confiance en soi
- Prise de parole en public

Cohésion D'équipe : Les Fondations

- Elaboration de scénettes/jeu du train
- Emergence des personnalités et relation avec l'équipe.

PROGRAMME JOUR 2

Communication En Face A Face Et Devant Un Groupe

- les règles de base de la prise de parole en public
- Le message assertif Mise en place de la structure :
- Se faire entendre/comprendre/Intéresser/Convaincre

Repas 12h – 14h00

- Respiration
- Voix fréquence- intensité- amplitude.
- Articulation
- Vocabulaire

Exercices ludiques pédagogiques

Communication Non Verbale

- Accompagner le verbe par le geste.
- Congruence
- Gestion des messages contradictoires

PROGRAMME JOUR 3

Communication non verbale

L'intention et la perception
L'influence du ton sur le sens du message

Entraînement à la vidéo

Repas 12h/14h

Le Lâcher Prise/Distanciation

- Esprit de repartie Exercices d'improvisation théâtrale
- Les techniques de communication et le théâtre
- Mise en scène des scenettes choisies
- Synthèse de la journée

PROGRAMME JOUR 4

A La Rencontre Des Emotions

- L'Intelligence du cœur
- les paramètres facilitateurs et les freins de la communication orale
- Sentiments/Emotions/Manipulation Exercices ludiques

Repas 12h14h

- Apprivoiser le trac et autres astuces
- Jeux de rôle filmés et visionnés avec analyse et mesures correctives
- Synthèse de la journée

PROGRAMME JOUR 5

Réalisation Collective Filmée

- **Bilan des acquis** Synthèse de la formation
- Expression sur les ressentis
- Engagements formalisés individuels et collectifs
- Mise en place d'un suivi