

NOUVEAU

Cultivez votre «à-propos» et votre sens de la répartie

Pour mieux réagir face à l'imprévu

Lorsque vous avez préparé votre intervention, vous êtes à l'aise, mais dès que vous êtes pris au dépourvu et que la conversation prend un cours inattendu, vous vous sentez fragilisé. Lors de réunions, vous n'intervenez pas au moment que vous auriez jugé opportun, vous ne trouvez pas les mots appropriés. Que d'occasions perdues! Pourtant les idées sont bel et bien là puisque, quelques instants plus tard, vous vous dites «j'aurais pu dire..., j'aurais dû demander...». Pourquoi ces blocages? Comment les dépasser? Comment se faire davantage confiance et oser s'exprimer? Comment lâcher prise face à l'imprévu, donner le meilleur de soi-même et y prendre plaisir? Ce stage, conçu comme un véritable espace d'entraînement, vous donnera des réponses et vous invitera à lâcher prise pour plonger dans le monde du théâtre.

Destinataires

Cadres ou collaborateurs qui se sentent fragilisés lorsqu'ils doivent faire face à des situations de communication impromptues et qui désirent apprendre à mobiliser leurs ressources et répondre avec plus d'aisance et de créativité dans ces circonstances.

Méthodes

Les méthodes proposées sont originales, elles impliquent une volonté et une envie des participants de s'engager dans des exercices et des jeux verbaux et non verbaux, de type théâtral, utilisant beaucoup le symbolisme.

Animateurs

Fabienne Brügger Kauffmann et un comédien de la Compagnie théâtrale «Le Caméléon»

Programme

- L'échauffement: être là et en disponibilité pour rencontrer l'autre.
- L'improvisation: utiliser le modèle RPOA.
- La posture de coconstruction: oser s'appuyer sur les apports de l'interlocuteur.
- L'impact personnel: oser être clair verbalement et non verbalement.
- Les freins: aller avec ce qui est pour dépasser les inhibitions.
- Les sources de la répartie: sans écoute point d'à-propos.
- La gestion du trac: accéder à ses ressources.

Horaire: de 9 h à 17 h

Lieu: CRPM - Lausanne

Fr. 1'200.- + TVA

2
jours

OBJECTIFS

- Développer sa capacité à mobiliser ses ressources.
- Libérer sa créativité dans des situations improvisées.
- Renforcer ses compétences dans les échanges oraux.

Exercices et
jeux issus de
l'improvisation
théâtrale

Remarque

Deux groupes de 8 participants.

Dates et inscription: www.crpm.ch