

Le chant, un outil fédérateur

Travailler en équipe demande de la coopération, de créer une dynamique, de l'écoute active. La capacité à coopérer, à soutenir, à s'engager, à être créatif, à développer une dynamique collective, à susciter un engagement... ce sont les qualités essentielles demandées aux membres de l'équipe et à son leader aujourd'hui. Mais 30% de la communication passe par le verbal et 70 % par le non verbal : la posture, l'intonation, la voix sont des éléments essentiels.

Travailler ensemble : les techniques du chant permettent d'harmoniser les rapports tout en respectant les individualités.

Objectifs :

Gérer votre aisance physique et vocale

Mesurer l'impact de vos messages inconscients

Percevoir objectivement l'autre et soi-même pour une meilleure collaboration

Retrouver une ambiance de travail stimulante pour chacun

Retrouver votre créativité

Profil :

Tout collaborateur en situation de management, de travail en équipe, de négociation et pouvant être confronté à des situations d'improvisations.

Durée : 28 heures

Programme

Les fondamentaux de la voix : 1 jour

Sortir sa voix:

- La voix : comment fonctionne-t-elle ?
- Donner du volume, de l'espace à sa voix par la respiration et le travail vocal

Se familiariser avec sa voix et son image :

- Développer la confiance en soi nécessaire pour réussir ses interventions en public
- Acquérir les outils concrets pour se sentir à l'aise lors d'une prise de parole en public (voix, regard, gestuelle, posture)

L'ajustement dans la relation à l'autre : 2 jours

Développer ses qualités d'écoute de soi

- Développer son empathie, sa cohérence
- Harmoniser sa voix, s'harmoniser avec les autres.
- La confiance
- Fonctionnement des émotions

Savoir se gérer = mieux gérer sa relation aux autres

Travailler l'écoute globale

- Mieux gérer ses émotions, son stress, ses réactions : les transformer en atout
- Transmettre consciemment un message, une émotion
- Être convaincant
- Entendre son interlocuteur en écoute globale.

Pratiquer l'écoute active

- Recevoir un message, une émotion sans se sentir menacé
- Elargir son champ de vision et apprendre à interpréter différemment les paroles et les comportements des autres
- Développer ses qualités d'observations

La créativité : 1 jour

- Libérer et piloter la créativité
- Accéder à ses ressources et à une attitude affirmée de plus en plus instantanément
- Savoir faire face à l'improvisation sans déstabilisation
- Travailler ensemble en utilisant l'improvisation.

Intervenant :

La formation est assurée par Patricia VERNERET, professeur de chant, coach

Points forts :

Acquisition d'outils concrets pour la voix.

Tout au long de la formation le fil conducteur sera "la pratique", en sous-groupes. L'outil chant et l'improvisation apportent une libération pour favoriser le lâcher-prise permettant de révéler tout son potentiel. Le travail en duos, trios et 5-6, apporte un regard nouveau et original sur le travail en équipe.

Les pôles indispensables au travail d'équipe harmonieux seront travaillés : écoute, confiance, créativité, coopération ..

4 heures seront consacrées pour réfléchir à une transposition en situation professionnelle.

Méthodes pédagogiques :

L'outil chant est un concept d'**expérimentation** original, qui apporte un angle de vue révélateur inhabituel mais efficace.

L'interactivité permanente ainsi que les feedback constants, développent l'autonomie.

L'apprentissage expérientiel permet l'analyse des situations. Cette pédagogie permet une meilleure transposition pour les situations professionnelles réelles.

Chacun repart enrichi d'une nouvelle dynamique pour un travail en équipe créatif.