

Catalogue d'ateliers



Graphisme de Corinne Landais : corinne.landais@ideeine.fr



atelier



coaching

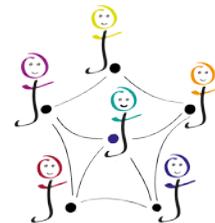


conférences



formations

Sommaire



Ma démarche

Les thèmes abordés en ateliers

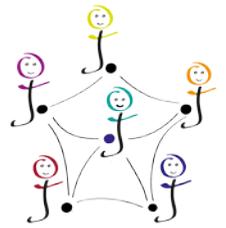
Mon approche pédagogique

Plusieurs exemples d'ateliers déjà réalisés :

- **Ateliers Cohésion d'équipe**
 - par le DISC
 - par le jeu
 - par le clown
 - par la culture et les valeurs
- **Ateliers Management**
 - La puissance du & (animer et engager un collectif)
 - Conduite du changement (saut de Tarzan)
 - Cycle de l'autonomie
 - Délégation responsable
 - Gestion du temps
- **La créativité et l'intelligence collective (1+1=3)**
- **L'intelligence émotionnelle**
- **Vision partagée, un regard décalé et aligné sur la RSE**
- **Les 3 portes du changement**

L'intervenant

Ma démarche



Au vu des enjeux de notre société qui sont chaque jour plus prégnants, la question n'est plus d'être le meilleur dans le monde mais **le meilleur pour le monde**. Et à ce titre, je suis convaincu que l'amélioration durable de la performance sociale et économique des organisations n'a de sens que si elle est **au service du bien commun** et passe inévitablement par une compréhension approfondie entre ses hommes et ses femmes afin de construire ensemble un monde plus juste et plus cohérent.

Individus ou organisations, nous vivons tous en 4 dimensions : physique, mentale, émotionnelle et spirituelle (au sens existentiel). Si ces 4 dimensions ne sont pas nourries, nous pouvons souffrir d'un sentiment de désalignement entre ce que je vis et ce que j'aimerais vivre, ainsi qu'un manque de sens dans nos activités et notre raison d'être, pouvant conduire au désengagement ou à l'épuisement mental et psychologique.

Je cherche donc avec **Drôle de Je** à développer le niveau de conscience des individus, une communication plus saine et plus transparente ainsi qu'une coopération plus efficace au sein des organisations de tout type, pour redonner du sens –individuel et collectif– à nos activités.

J'utilise les 4 modalités d'intervention suivantes :

- du **coaching** (individus, équipes, organes de gouvernance),
- des programmes de **formation-action** (un mix théorie-pratique-ludique appliqué à des cas concrets du quotidien).
- des **ateliers ludiques et expérientiels** mêlant des apports théoriques (tête), des exercices corporels (corps) et des mises en situation relationnelles (cœur), objet de ce catalogue
- des **conférences** « classiques » ou théâtrales ainsi que des contes

Je cherche ainsi à faire ma part et participer à ma mesure au développement de la coopération, la motivation, la créativité dans les entreprises et les organisations et ainsi **les aider à relever les défis de notre société au quotidien**.



Les thèmes abordés en ateliers

Les ateliers proposés couvrent mes 4 axes de prédilection à savoir :

- **La singularité** : mieux me connaître pour mieux connaître l'autre à l'aide de différentes approches : **analyse transactionnelle, DISC, Process COM, psychologie positive**
- L'intelligence émotionnelle : notamment à l'aide du **clown** et de la **Communication non violente (CNV)**
- L'autonomie et la notion de **liberté** : grâce aux approches de **coaching**, modèle du cycle de l'autonomie et triangle vertueux (Protection, Permission, Puissance)
- La **culture et les valeurs** : outils sur l'interculturalité et travaux de Richard Barrett que j'ai traduits en français : **7 niveaux de conscience, agir en acteur du changement, alignement des valeurs**

J'ajoute également le **lien**, implicite dans tous les ateliers puisqu'il s'agit très souvent de créer de la cohésion, et avec une approche plus spécifique dans l'atelier **Animer et engager un collectif avec la puissance du &** co-animé avec **Corinne Landais**

Ces thèmes sont ensuite déclinés en différents ateliers qui peuvent être animés de manière approfondie individuellement ou associés selon les besoins et les demandes de chaque client et la durée de l'atelier.

Pour tous les ateliers, je recommande un entretien préalable avec le client afin de comprendre le contexte et d'adapter les contenus et les modalités aux besoins de l'équipe.

Mon approche méthodologique

Tous les ateliers sont animés de manière **ludique et expérientielle** en mêlant des apports théoriques (tête), des exercices corporels (corps) et des mises en situation relationnelles (cœur).

Leur durée peut varier de 2h00 à 1 journée, dans le cadre d'un séminaire ou sur une ½ journée ou journée dédiée à l'atelier.

En fonction des thématiques, du format d'intervention et du nombre de participants, certains ateliers peuvent être co-animés avec des partenaires complémentaires.

Avec l'accord des participants, je propose de prendre des photos et de filmer certaines séquences pour garder un souvenir de ce moment de partage et de vivre et travailler ensemble.

Exemple d'atelier Cohésion d'équipe

Thème : Mieux se connaître et mieux communiquer avec les planètes du DISC

CONTEXTE : Nous le vivons tous les jours : malentendus, incompréhensions, message qui ne passe pas, difficile de faire adhérer à mes idées... Et si je comprenais un peu mieux de quelle(s) planète(s) je suis et la/les planète(s) de l'autre (comment chacun fonctionne, de quoi nous avons besoin pour être bien dans une équipe)...? Un atelier ludique pour découvrir un outil simple et facile à appréhender sur nos préférences comportementales et qui peut nous aider à mieux nous comprendre dans notre quotidien personnel et professionnel.

EXEMPLE DE DÉROULÉ :

1. Inclusion du groupe
2. Jeux collectifs d'ouverture pour prendre conscience des préférences comportementales de chacun
3. Présentation du DISC
4. Mise en pratique ludique pour mieux explorer les autres planètes
5. Conclusion

OBJECTIFS :

- Apprendre à mieux se connaître et se poser des questions sur son propre fonctionnement
- Découvrir un outil facile à appréhender avec des clés rapides sur notre propre comportement et celui des autres
- Mettre en pratique l'outil par un partage d'expérience
- Passer un moment fun et apprenant
- Repartir avec la carte mémo de nos planètes (carte mémo DISC) et l'envie d'en savoir plus





Exemple d'atelier Cohésion d'équipe

Thème : Le clown : mes talents et mes qualités non abouties au service de la relation à l'autre

MÉTHODES ET OUTILS : Cet atelier d'une demi-journée (idéalement une journée complète) propose d'utiliser l'outil du clown pour développer ses talents, sa créativité et son énergie émotionnelle et mieux appréhender et apprivoiser ses freins et ses qualités non abouties.

Personnage en nous qui englobe tous nos talents, toutes nos qualités, mais aussi nos défauts (qualités non abouties), le clown, par son exagération, permet de grossir les relations humaines et a cette sincérité qui est fondamentale : le fait de s'avouer et d'avouer aux autres ce qu'il est pleinement, sans jugement. En mettant ainsi en jeu notre complexité, il nous offre une ressource puissante pour nous aider dans les situations relationnelles et émotionnelles de notre vie professionnelle et personnelle.

EXEMPLE DE DÉROULÉ :

- Exercices ludiques pour faire (ré)émerger son clown à partir de soi et de son vécu
- Exercices de mise en situation de mon clown dans des contextes choisis ou proposés
- Mises en scène dans la relation à l'autre des problématiques choisies ou proposées
- Temps de partage et d'échange

OBJECTIFS :

- apprendre à connaître et à développer les talents qui sont en nous avec l'outil du clown,
- apprendre à libérer notre énergie émotionnelle et notre créativité dans la relation,
- prendre conscience de nos freins et de nos qualités non abouties et jouer avec eux pour mieux les apprivoiser

Exemple d'atelier Management

Thème : Animer et engager un collectif avec la puissance du &

CONTEXTE : Le mode projet, la créativité, les séances post-it, le collaboratif, c'est exaltant : tout le monde s'y met et c'est tant mieux...! Cependant, qui n'a pas vécu la frustration des idées qui restent « au frigo », les projets dont le soufflé retombe, la pression pour être innovant... et efficace ?

Quel que soit le type de projet : amélioration continue, innovation, transformation managériale, développement d'activité, les personnes chargées de les animer et de les mener à bien doivent faire face à de nombreux paradoxes dans des contextes de plus en plus complexes.

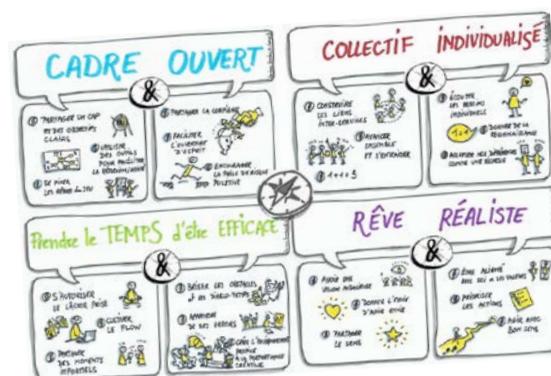
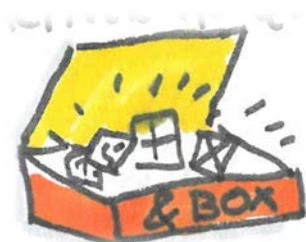
Confrontés aux mêmes situations dans nos projets chez nos clients, nous avons voulu partager et faire vivre nos expériences, notre vision et nos outils avec une formation vivante, pragmatique et interactive basée sur les techniques de créativité, la posture de coach et le management collaboratif.

DÉROULÉ :

- Présentation de situations vécues sous forme de scène de théâtre
- Recueil des ressentis
- Présentation du modèle des 4 boussoles
- Atelier autour des 4 boussoles
- Restitution ludique

OBJECTIFS :

- Utiliser les repères des 4 boussoles du manager, un modèle innovant et pragmatique
- Connaître et pratiquer des outils de régulation et d'animation de réunions collaboratives
- Appréhender ce qui se joue dans les projets de transformations et de changement et comment les accompagner au mieux pour faire adhérer et impliquer les équipes



Exemple d'atelier Management



Thème : Pour une délégation responsable

MÉTHODES ET OUTILS : Cet atelier propose d'analyser les enjeux de la délégation et les différentes étapes pour les réussir.

Il se déroule en 4 phases :

- Partage de nos représentations sur les craintes du délégant et du délégataire, et sur les solutions et bonnes pratiques potentielles pour les dissiper
- Recensement des différents types de délégation et des étapes correspondantes
- Préparation des étapes clés d'une délégation à partir de cas concrets apportés par les participants
- Mise en pratique d'un entretien de délégation et d'un entretien de bilan.

OBJECTIFS :

- Passer d'une délégation « à la yaka » à une délégation responsable
- Mieux appréhender les enjeux de la délégation et les étapes pour réussir une délégation responsable
- Comprendre qu'une délégation se prépare et que c'est un investissement pour le développement des collaborateurs
- Mettre en pratique ces étapes à partir de cas concrets apportés par les participants, notamment l'entretien de délégation et l'entretien-bilan
- prendre conscience de nos freins et de nos qualités non abouties et jouer avec eux pour mieux les apprivoiser

Exemple d'atelier Management



Thème : Le saut de Tarzan ou la conduite du changement

CONTEXTE: « Nous allons lancer un nouveau projet qui va nous permettre de nous améliorer sur un certain nombre de choses... C'est pour notre bien, je compte sur vous pour vous engager à fond dans ce changement ! Il suffit d'y croire... ! »
Il suffit... mais ce n'est pas si simple. Trop souvent, lorsqu'on lance un projet de changement on voudrait que nos équipes fassent le saut de Tarzan et s'engagent tout de suite en passant outre la phase résistance et exploration... Mais est-ce vraiment possible ? Un atelier pratique qui propose de regarder à la loupe comment nous réagissons face au changement et comment l'accompagner de manière plus empathique pour un meilleur engagement des personnes concernées et mieux faire face aux objections... Venez avec vos expériences !

MÉTHODES ET OUTILS :

Cet atelier d'une journée ou demi-journée repasse de manière très pratique des outils tels que la courbe du deuil, le questionnement empathique et le traitement des objections. Il se déroule en 3 phases :

- Partage d'expériences sur l'accompagnement du changement en mode « World café »
- Partage d'outils sur la conduite du changement pour mieux comprendre les réactions et les erreurs que nous commettons tous
- Mise en pratique de ces outils à partir de cas concrets apportés par les participants (notamment Traitement des objections, Matrice d'impact, Carte des partenaires et Plan de communication)

Thème : Vivre et développer son intelligence émotionnelle

CONTEXTE : Vous sentez que vos émotions prennent trop le contrôle... Vous avez des difficultés à gérer des situations à forte teneur émotionnelle... Vous souhaitez développer votre intelligence émotionnelle... Vous ne savez pas ce que c'est... Nous vous invitons à vivre avec nous une expérience forte et intense... Au menu: du jeu, du corps et de la méditation pour vivre et partager différentes expériences émotionnelles puis ancrer ces moments afin de mieux gérer vos émotions au quotidien

EXEMPLE DE DÉROULÉ :

Par une suite d'exercices et de mises en situation, en utilisant notamment des outils du théâtre, nous invitons les participants à mieux identifier les émotions qui les traversent dans différentes situations. Des moments de partages et de méditation permettront d'ancrer les différentes expériences.

OBJECTIFS :

- Vivre et identifier les différentes émotions qui nous traversent
- Comprendre comment mon corps vit et gère mes émotions
- Apprendre à mieux gérer mes émotions
Ancrer cet apprentissage
- Reconnecter sa tête avec son corps et son cœur
- Mettre en pratique l'outil par un partage d'expérience



Vision partagée et RSE

Thème : Le diabolos et les 4 pourquoi, ou un regard décalé sur la RSE

CONTEXTE : Salariés, dirigeants, travailleurs indépendants, la transition sociétale nous interpelle au quotidien sur nos motivations personnelles, sur notre rôle et les conséquences de nos activités professionnelles. La RSE propose un cadre de travail pour aider les entreprises à intégrer les thématiques sociales et environnementales dans leurs activités économiques.

Mais intervient-elle au bon niveau ? C'est ce que nous proposons d'étudier dans cet atelier combinant théorie et pratique : un modèle sur les niveaux de maturité des organisations et des exercices pratiques sur l'alignement des valeurs, de mon rôle et de ma mission avec la vision et la raison d'être de l'organisation.

EXEMPLE DE DÉROULÉ :

1. Inclusion du groupe (positionnement dans l'espace sur des questions culturelles)
2. Mini-atelier sur les valeurs (valeur = croyances + comportements)
3. Apports pédagogiques
4. Atelier sur mission et vision internes et externes
5. Conclusion

OBJECTIFS :

À l'issue de cet atelier, les participants repartiront avec :

- un modèle sur les niveaux de maturité des organisations (le diabolos de R. Barrett)
- un exercice pratique sur l'alignement des valeurs
- un exercice pratique sur les 4 pourquoi : alignement des missions et visions internes et externes des individus et des organisations
- un riche moment de partage et de convivialité
- une carte mnémotechnique sur le diabolos et les 4 pourquoi

Les 3 portes du changement



Thème : Comment vivre le changement, le sien, celui des autres et celui du monde

CONTEXTE : Changer le monde ! Changer les autres ! Ah, si seulement... Oui mais voilà...

Un atelier pratique inspiré du conte Les 3 portes de la sagesse (Charles Brulhart) qui propose de nous interroger sur notre relation au changement, celui du monde et des gens qui nous entourent, et sur notre capacité à mieux nous accepter dans nos contradictions pour mieux vivre et faire vivre le changement autour de nous...

Un atelier qui peut vous faire changer la perception que vous avez de vous-même et de votre environnement pour mieux vivre la complexité humaine...

EXEMPLE DE DÉROULÉ :

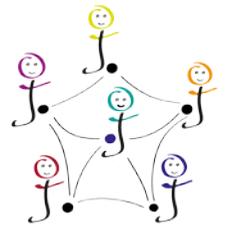
1. Inclusion du groupe (temps de centrage)
2. Exposition du conte. Pour chaque « porte », les participants seront amenés à vivre le voyage initiatique en identifiant des actions personnelles en lien avec le conte
3. Partages autour de l'expérience
4. Conclusion

OBJECTIFS :

À l'issue de cet atelier, les participants repartiront avec :

- Une meilleure compréhension de la manière dont ils vivent le changement, leur relation aux autres et leur relation au monde
- un partage autour de la systémie (comment changer pour changer les autres et le monde)
- Des apports sur la CNV
- Un conte en format texte et audio

L'intervenant



De mon expérience riche et éclectique (ingénieur de formation, responsable pendant 6 ans de sociétés de service IT à l'étranger puis pendant 7 ans d'une compagnie/salle de spectacle en Espagne, interprète, formateur, clown, musicien), se dégagent trois passions: la gestion de projets en équipe, la médiation interculturelle et le théâtre-clown.

Je les ai associées en créant Drôle de Je en 2014 pour en faire un métier : facilitateur de relations humaines avec 3 casquettes - coach, formateur et clown.

Mes objectifs:

- faire émerger et développer nos singularités pour trouver notre juste place et nous exprimer en autonomie au service du collectif et du bien commun
- améliorer la compréhension entre les personnes, créer des relations plus saines et plus constructives.
- accompagner à identifier et réaliser les rêves et les projets qui nous animent en adéquation avec nos valeurs pour nous épanouir au service de notre communauté...
- prendre du plaisir à vivre et travailler ensemble

Mes 4 directions d'interventions :

- La singularité (mon identité au service du collectif)
- Les émotions (appréhender et libérer mes freins émotionnels)
- L'autonomie (quel cadre pour que chacun puisse s'exprimer librement)
- La culture (quelles valeurs partager pour que nos rêves deviennent réalistes)

et mettre du lien entre ces différents thématiques, les différentes approches et les différents modes de fonctionnement des uns et des autres.

Mes 4 formats d'interventions :

- Coaching individuel et coaching d'équipes et CODIR
- Formations
- Ateliers
- Conférences

Mes formations en lien avec l'accompagnement

- Coach certifié Coach & Team (23 jours, Holonomie, 2012)
- Analyse transactionnelle (AT202, 18 jours, Daniel Chernet, 2013-2014)
- Certifié à l'outil DISC (2015)
- Certifié aux outils de transformation culturelle CTT (Barrett Value Center, 2013)
- Formation Clown-CNV Cessez d'être gentil, jouez vrai (Pascale Faivre, Claude Broche, 2014)
- Formé à l'approche Clown-Gestalt (Manuel Fréchin, 15 jours, 2017)