

Atelier

LA VOIX : Vecteur de cohésion d'équipe

Nos valeurs

Fondements & actions pédagogiques

Bienveillance.

Oser, se surprendre, se faire et faire confiance.
Parvenir à construire et produire en commun.

❖ Objectifs :

- **Construire des projets originaux en commun, de se rencontrer, de travailler ensemble, d'identifier, d'une façon plus globale, les mécanismes du travail en équipe.**
- S'affirmer grâce aux potentiels de sa voix : développer la confiance en soi.
- S'impliquer émotionnellement et physiquement ensemble : générer de l'échange et de l'interaction.
- **Associer des profils différents dans une expérience collective : créer une identité commune.**

❖ Fondement pédagogique :

- A l'aide d'exercices inattendus et progressifs, les participants sont amenés à valoriser les potentiels de leur voix, consolider leurs capacités d'écoute et de confiance en soi, de développer l'impact de leur expressivité émotionnelle, de réaliser un projet commun d'interprétation.
- **Participation active des participants.**
- Alternance théorie/pratique.
- Tous les exercices sont pratiqués ensemble : Dynamique du groupe.
- Créer des conditions d'échanges et de partage intégrant pleinement toute l'équipe.
- **Respecter les limites, bienveillance** et plaisir de partager (*pas de jugements de valeur, ni de compétition*).

Une action pédagogique inédite, décalée et participative
Des ateliers distincts et complémentaires
(Ateliers aux choix en fonction des attentes et objectifs)

Développement personnel & cohésion de l'équipe	
Objectifs	Bénéfices
Mieux se connaître.	Développer la confiance en soi
Savoir gérer ses émotions - Accroître sa capacité de concentration.	Garder sa clairvoyance - Augmenter son efficacité dans l'action
Ressentir, exercer et développer l'impact de son « énergie »	Transmettre son enthousiasme, savoir faire/faire.
Faire apparaître la performance créative du groupe. Construire des projets originaux en commun	Renforcer les liens interpersonnels, la cohésion. Créer un référent, une histoire commune au groupe.
Suivre avec ses équipes des activités rares, décalées, impliquant individuellement et collectivement les participant(e)s.	Développer l'interactivité au sein de ses équipes - Améliorer l'intelligence collective et la performance situationnelle de l'équipe.

Programme pédagogique

Atelier : VOIX & CHANT

- ❖ **Durée :** 1h - 2h - ½ journée (3h30) (durée en fonction du nombre de participants & programme choisi)
- ❖ **Nombre/Profils des participants :** 15 à 200 participants. (nombre de participants en fonction du programme choisi)

Temps 1 : Fonctionnement de la voix

- **Méthode :** exercices collectifs, simples et accessibles
- **Objectif** de cette séquence : **comprendre le fonctionnement de la voix.** Explorer et développer les sonorités de sa voix. Partager ensemble une expérience sensorielle. Oser s'impliquer.

Temps 2 : De l'écoute et du faire ensemble

- **Méthode :** Exercices basés sur le principe d'un chœur, d'écoute active et créativité (création/interprétation d'un chant).
- **Objectif** de cette séquence : Prendre conscience de l'unité provenant du groupe et de la notion d'« intelligence collective ». **S'impliquer émotionnellement** et physiquement ensemble pour créer de l'échange et de l'interaction. **Associer des profils différents** dans une expérience collective afin d'avoir un référent commun.

ATELIER : VOIX & THEATRE

- ❖ **Durée :** ½ journée (3h30)
- ❖ **Nombre/Profils des participants :** 15 à 30 participants.

Temps 1 : Tous acteurs !

- **Méthode :** Méthodologie : Se mettre en condition, se préparer au jeu théâtral. Exercices en binômes ou/et en sous-groupe (improvisation, lecture d'article sur différents états, mime, jeux de rôles...)
- **Objectif :** Utiliser toutes ses ressources physiques pour exprimer une émotion.
Prendre conscience et développer sa capacité, potentiel, créativité expressive + écoute de l'autre (interlocuteur). Créer, transmettre des émotions.

Temps 2 : Recherche et élaboration créative de saynètes.

- **Méthode :** Travail en sous-groupe sur répartition des rôles/mise en scène. Recherche et production créative.
- **Objectif :** Utilisation d'un cadre configuré et orienté pour faciliter l'écriture et l'interprétation.

Temps 3 : Représentation

- **Méthode :** Représentation sur espace théâtralisé des différentes saynètes.
- **Objectif :** **Développer sa présence sur scène en équilibre/écoute avec ses partenaires. Savoir s'impliquer sur scène et mettre du relief dans ses expressions (verbales et non verbales).**

ATELIER : Présentation décalée

- ❖ **Durée :** ½ journée (3h30)
- ❖ **Nombre/Profils des participants :** 15 à 50 participants.

Temps 1 : Présentation en mouvement

▪ **Méthode :**

I / - Dans un espace délimité, demander aux participants de marcher dans n'importe quel sens, en prenant, occupant tout l'espace. Donner des indications de « marche » différente : Lente, rapide, en arrière/sur le côté.

II / - Proposer une liste de 4 items. Chaque participant en choisit l'un des quatre. Au « top », les participants déclament leur item, et se regroupe par item. Ex. Diamant/Emeraude/Saphir/Rubis
A chaque fois, demander à 1, 2 participant, pourquoi il a fait ce choix, à quoi cela le fait il penser, de se présenter par le choix de l'item qu'il a pu choisir.

III / Débrief : Solliciter leurs avis , réflexion sur l'intérêt de l'exercice, lien que cela a créé avec le groupe.

- **Objectif :** S'exprimer devant le groupe, se présenter de manière personnalisée, différente optique « CV ». Commencer à créer du lien, partager, **découvrir des similarités et des différences**, diversité de groupe, faire avec l'autre, faire ensemble. Souligner les objectifs de team-building

Temps 2 : Présentation personnelle créative

▪ **Méthode :**

I/ Composition par chaque participant sur différents supports (*papier, magazine...*) de son profil.

II / Chaque participant se présente aux autres par le biais de sa composition au groupe.

III / Debrief.

- **Objectifs :** Prendre du recul vis-à-vis de soi-même. Se présenter autrement que par les C.V. Découverte de soi. **Découverte des autres. Echange riche en informations personnelles.**



- ▶ **Artiste Lyrique :**
 - Chœur de la Garde Républicaine, de l'Opéra Comique.
 - Soliste à l'Opéra d'Agen, Bordeaux, Théâtre Lyrique des Yvelines.
 - Professeur de chant.
 - Chef de Chœur.
- ▶ **Comédien :**
 - Auteur/interprète de pièces de théâtre (cf. www.operabaffes.com)
 - Comédien – Mise en scène – Conduite d'acteur.
- ▶ **Consultant/Formateur :**
 - Fondateur d' « A Portée de Voix » (www.aporteedevoix.com)
- ▶ **« Expert VOIX & Leadership » Ass. Progrès du Management – APM (Ass. Progrès du Management – 7000 Cadres dirigeants , chefs d'entreprises)**
- ▶ **Extraits :** www.youtube.com (jean-jacques lapierre)

Cohésion d'équipe – Conférence – Evènementiel

- **ENA (Ecole Nationale d'Administration)**
 - Cadre : Formation continu des cadres supérieurs de l'Etat.
 - Nombres de participants : 40/60 personnes
- **HEC/ ESSEC / Univ.Dauphine**
 - Cadre : Masters (*Management Global, Leadership, Ressources Humaines*)
 - Nombres de participants : 30/60 personnes à chaque Master
- **Ministère des Armées**
 - Séminaire annuel
 - Nombres de participants : 350 personnes
- **ORANGE**
 - Cadre : Séminaire Intégration.
 - Fonction des participants : Cadres, directeurs techniques.
 - Nombre de participants : 80 personnes.
- **LA POSTE**
 - Cadre : Séminaire annuel
 - Fonction des participants : Directeurs commerciaux
 - Nombres de participants : 100 personnes
- **SNCF**
 - Cadre : Séminaire de la relation client
 - Fonction des participants : Managers et cadres commerciaux.
 - Nombre de participants : 250 personnes.

Expression/communication orale :

- **Fonctions :** **Commerciaux, consultants**
 - Objectifs : La voix au service de la conviction / rdv prospections.
 - Clients : THALES, MICROPOLE Univers, CIC...
- **Fonctions :** **Centres d'appels**
 - Objectifs : Développer l'impact de sa voix au téléphone
 - Clients : TELETECH International, NESPRESSO, Descours & Cabaud...
- **Fonctions :** **Délégués médicaux**
 - Objectifs : Capter l'écoute, développer l'impact de la parole.
 - Clients : Grünental, AstraZeneca, EXONHIT...
- **Fonctions :** **Cadres/Managers**
 - Objectifs : Développer son leadership
 - Clients : HEC (*Prog.MBA*), TOTAL, PHILIPS, DISNEY Resort...
- **Fonctions :** **Dirigeants d'entreprises (Coaching individuel)**
 - Objectifs : Réussir ses interventions orales en plénières
 - Clients : SUEZ Env., KONICA Minolta, SOURIAU...
- **Fonctions :** **Avocats**
 - Clients : Ecole de formation d'avocats HEDAC / ERAGE