

# Etre à l'aise face à un groupe

À travers différentes techniques d'expression et d'outils de communication, cette formation a pour objectif d'amener le stagiaire à acquérir une aisance de communication verbale et non verbale, à dépasser les blocages et obstacles rencontrés (stress, stratégies d'évitement, peurs, agressivité, maladresses ...) lors de la prise en charge d'un groupe.

## > PUBLIC

Personne étant amenée, de par sa fonction, à s'exprimer devant un groupe

## > OBJECTIFS

- Acquérir une aisance de communication verbale et non verbale face à un groupe (élèves, jeunes au sein de structures éducatives...)
- Développer et prendre confiance en sa capacité d'improvisation
- Comprendre et intégrer la notion d'engagement
- Dépasser ses blocages, son sentiment d'impuissance face à certaines situations conflictuelles
- Prendre conscience que l'attitude qu'on affiche (agressivité, inhibition, mépris...) peut induire des comportements négatifs chez le(s) jeune(s)
- Développer ses qualités d'écoute, de prise d'informations sensibles afin d'améliorer et d'adapter sa communication

## > CONTENU

### Lâcher prise et implication du corps

- L'ancrage et la présence dans l'expression
- Écoute du corps et expression
- L'ouverture du corps, du regard
- Le temps présent, le « ici et maintenant »
- Occuper et gérer l'espace
- La respiration, la voix

### Comprendre et savoir gérer les émotions

- Comprendre le fonctionnement du cerveau émotionnel
- L'intelligence émotionnelle : comment prendre du recul
- Relaxation physique et mentale
- S'affranchir de son propre jugement

### Communiquer et créer un climat de confiance

- Les signes de reconnaissance : différencier le faire de l'être
- L'écoute active

- Les appâts relationnels : traduire les actes en mots ou en maux
- Savoir dire non
- Les positions de vie : comment je me positionne dans la relation et qu'est-ce que cela induit

### Gérer un groupe

- La prise en compte des réactions du groupe
- Le positionnement de l'autorité
- La gestion du bruit et des parasitages
- L'utilisation et la réhabilitation des temps de silence

### Expérimenter le théâtre forum

- Exercices ludiques afin d'être à l'aise dans le groupe et prendre confiance dans ses capacités d'improvisation
- Mise en jeu de situations concrètes où les spectateurs interagissent pour trouver des solutions « gagnant-gagnant »



## > LE + DE LA FORMATION

Pédagogie ludique avec utilisation de méthodes théâtrales et d'expression. Mises en situation d'expériences impliquant la personne dans ses dimensions relationnelles, émotionnelles et corporelles.

## > DURÉE

28 heures, soit 4 jours (2+2)

## > LIEUX ET DATES

Limoges : 24, 25 janvier ; 14, 15 février 2015 et 14, 15 novembre ; 5, 6 décembre 2015

## > PRIX

750 € ; auto-financement 300 €

# Conditions générales de prestations

## > OBJET ET CHAMP D'APPLICATION

Toute commande de formation implique l'adhésion pleine et entière aux présentes conditions générales de prestation.

## > INSCRIPTIONS ET MODALITÉS DE RÈGLEMENT

Les inscriptions se font à l'aide du bulletin d'inscription, dans la mesure des places disponibles et par ordre d'arrivée. À réception du bulletin, une convention de formation est envoyée en deux exemplaires dans laquelle sont définies les modalités de règlement :

- à l'employeur, si la formation se déroule au titre de la formation professionnelle continue. L'inscription est définitive à réception d'un des deux exemplaires signé de la convention. Une facture est émise à l'issue de la formation, accompagnée d'une attestation de présence du salarié.

- au salarié, si le participant s'inscrit à titre individuel et à ses frais (auto-financement). Attention, l'auto-financement ne peut être déduit de frais professionnels. Ceci sera stipulé sur votre facture et votre convention. L'inscription est définitive à réception d'un des deux exemplaires du contrat, signé par le participant et accompagné d'un acompte de 30 % du coût total de la formation. Le solde est réglé le premier jour de la formation. En retour, une facture acquittée est remise au participant.

## > CONVOCATION DE STAGE

Bienveillance vous envoie une confirmation d'inscription ainsi qu'une convocation 15 jours avant la date de démarrage de la formation précisant les horaires, le programme, les renseignements pratiques nécessaires et un plan d'accès.

## > CONDITIONS D'ANNULATION ET DE REPORT

Bienveillance se réserve le droit de reporter ou d'annuler une formation jusqu'à 15 jours calendaires si le nombre d'inscrit est insuffisant pour permettre une dynamique pédagogique convenable. Les personnes déjà inscrites seront prévenues dans les meilleurs délais et toute somme déjà perçue sera immédiatement remboursée.

## > DÉSISTEMENT, INTERRUPTION ET ABSENCES

En cas de désistement moins de 21 jours avant le début de la formation, l'acompte de 30 % sera retenu. En cas d'arrêt du stage avant son terme, la totalité de la somme est due. L'absence d'un participant durant la formation n'entraîne pas de modification du coût total de celle-ci.

## > VALIDATION DE LA FORMATION

À l'issue de la formation, une attestation nominative est délivrée au participant.



# Bulletin d'inscription

N° de SIRET : 527 513 378 0028  
N° organisme de formation : 82 38 04 879 38  
Enregistré auprès de la préfecture de l'Isère

## Participant

Nom et Prénom : .....  
Date de naissance : .....  
Adresse personnelle : .....  
.....  
Tél : .....  
Mail : .....  
Fonction occupée : .....

## Établissement

Raison sociale : .....  
Type de structure (MECS, ITEP, CEF, IME, collège, association, etc) : .....  
Adresse : .....  
.....  
Tél : .....  
Mail : .....  
 Etablissement public  Etablissement privé  
Si établissement privé, association gestionnaire : .....  
Nom, adresse et tél. de l' O.P.C.A. (Organisme Collecteur Paritaire Agrée) de l'établissement : .....  
.....  
.....

## Inscription au stage

Intitulé : .....  
Dates : du ..... au ..... et du ..... au .....  
Contexte de l'inscription :  Formation Professionnelle Continue  CPF  Autre  
Prix du stage : ..... €  
 Pour les participants en autofinancement, ci-joint un acompte de 30%, soit ..... €

Fait à ..... Le .....

Signature de l'intéressé(e)

Signature et cachet de l'établissement

Inscriptions enregistrées jusqu'à concurrence des places disponibles  
Bulletin à retourner par courrier à Bienveillance, 61 rue Nicolas Chorier 38000 Grenoble

