

## Trouver son rôle dans le groupe

### Objectifs

Le but de cet atelier est de permettre à chacun de se situer dans une équipe et d'y découvrir sa place. Nous aborderons ainsi chaque rôle existant au sein d'un groupe. Le module permettra de décrypter les différentes possibilités qu'un individu peut adopter dans un groupe : le leader, le constructeur, le créatif, le suiveur, le fédérateur, etc. Nous ferons également le point sur les modes de communication les plus adaptés à chacun des rôles.

[Exercices de relaxation et de réveil musculaire.](#)

[Le principe de l'écoute](#)

[Mise en pratique du principe d'écoute.](#)

[Exercices d'appréhension de la notion de rôle](#)

## Prise de parole en public

### Objectifs

A travers cet entraînement pratique nous allons rendre les participants plus performants dans leur prise de parole.

Nous allons les familiariser à des techniques concrètes afin de répondre de manière optimale aux relations clientèle.

Notre ambition ici sera d'amener chaque participant à mieux appréhender les divers agents stressants, rester efficace dans un univers hostile et désamorcer des potentiels conflits grâce à des outils efficaces et simples à mettre en œuvre : cette activité et ces simulations leurs délivreront des clefs, trucs et astuces fonctionnels pour progresser.

Votre image d'entreprise s'en trouvera renforcée. Votre personnel, apaisé et valorisé, mettra tout son talent à votre service et à celui des clients.

[Exercices de relaxation et de réveil musculaire, techniques de gestion du stress.](#)

[Travail sur la vivacité d'esprit](#)

[Prise de conscience de la notion de parole](#)

[Améliorer sa communication](#)

[Améliorer son image](#)

[Gérer l'auditoire.](#)



Formations accessibles aux salariés sourds et malentendants  
Formateur qualifié en Langue des Signes Française.

Modules*	Durées
Gestion de situation de crise	2 jours (7h/jour)
Mutualisation des idées	2 jours et demi (7h/jour)
Découverte du potentiel expressif	2 jours (7h/jour)
Leadership	2 jours (7h/jour)
Rôle dans un groupe	2 jours (7h/jour)
Prise de parole	2 jours (7h/jour)

**\*Pour de plus amples renseignements sur nos prestations (tarifs, contenu, champs d'intervention, création d'un module particulier), prendre contact avec**

## Contact Mimesis

David SILLET

Directeur-Consultant

148 rue Costa de Beauregard

73000 CHAMBERY

☎ 06.78.39.88.31

✉ [contact@mimesisds.com](mailto:contact@mimesisds.com)

[www.mimesisds.com](http://www.mimesisds.com)

Siret : 502 314 297 00016 - APE : 8559B



## Ateliers de développement personnel en entreprise

« Le monde est une pièce de théâtre ; il faut apprendre à jouer son rôle. »

Palladas

[www.mimesisds.com](http://www.mimesisds.com)

Siret : 502 314 297 00016 - APE : 8559B

# Qui suis-je ?

Titulaire d'un BTS Communication des entreprises, je forme à la MJC et à la Cité des Arts de Chambéry, aux techniques théâtrales et à l'improvisation. J'interviens également auprès de stagiaires de centres de formation comme formateur en informatique. Après une formation théâtrale classique, je me suis orienté vers une nouvelle discipline. Cela fait 10 ans maintenant que je pratique l'improvisation. J'ai fait partie de l'Équipe de France junior d'improvisation théâtrale et de la Sélection régionale Poitou-Charentes.

Je possède une solide expérience de la scène avec plus de 400 spectacles dont 40 lors de la saison 2006-2007 (matches, café-théâtre, théâtre de marionnettes, etc.)

**Ma pédagogie** se base sur le développement des compétences et du potentiel de chaque personne par l'amélioration de la communication verbale et non verbale. Elle privilégiera :

- ⇒ **La cohésion de groupe**
- ⇒ **Le respect des attentes de chacun**
- ⇒ **La rigueur**

## Gestion de situations de crise

### Objectifs

Cette formation va chercher à stimuler les compétences et les atouts de chacun des participants afin de les rendre plus performants dans leur façon d'appréhender une situation de crise. Au travers d'expériences ludiques et de mise en situation pratique nous allons apporter des solutions concrètes et faciles à mettre en œuvre pour aider votre personnel à mieux réagir dans son environnement professionnel en cas de "crise".

[Exercices de relaxation et de réveil musculaire, techniques de gestion du stress.](#)

[Prise de connaissance des facteurs de crise et types de conflit.](#)

[Déterminer la solution la plus adaptée à la situation.](#)

## Mutualisation des idées

### Objectifs

*Ce stage pratique a pour objectif de rendre les participants immédiatement opérationnels dans leurs prises en compte de l'information, dans la faculté de hiérarchiser diverses idées. Une fois ces facultés éveillées, nous développerons la notion de "solution de groupe" en stimulant la circulation et le partage des informations. Les participants pourront comprendre dès lors qu'ils ont en eux, au sein d'un groupe solidaire et uni autour d'un même objectif, LA SOLUTION, qui est le résultat d'un travail commun et respectueux de chacun d'eux.*

[Exercices de relaxation et de réveil musculaire.](#)

[La concentration et son énergie.](#)

[L'acceptation premier principe de l'écoute](#)

[Appréhender la notion d'écoute et de vision périphérique et multi sensorielles.](#)

[Mise en pratique du principe d'écoute.](#)

[Apprendre la notion d'anticipation « ouverte »](#)

## Développer son potentiel expressif

### Objectifs

Savez-vous que 55 % du message capté par votre interlocuteur sont directement liés à votre gestuelle ?

La communication non-verbale, un univers méconnu et un potentiel sous-exploité... et pourtant c'est notre communication non-verbale que retient notre interlocuteur et c'est elle qui trahit notre pensée.

Ce module a pour vocation de faire prendre conscience de l'importance des messages envoyés par le para-verbal. Nous y développerons également les capacités expressives de chacun.

[Exercices de relaxation et de réveil musculaire.](#)

[Expérimentation du corps](#)

[Travail sur l'énergie](#)

[Prise de conscience de la notion d'orientation spatiale](#)

[Améliorer sa communication non verbale](#)

## La notion de "leadership"

### Objectifs

Ici nous allons aborder la notion de "leadership". Les stagiaires pourront prendre conscience du statut de leader dans un groupe, de son rôle et d'en mesurer les avantages comme les inconvénients. Ils pourront également évaluer leur capacité d'initiative et celle à travailler avec les autres membres d'une équipe. Puis, ils apprendront à savoir déléguer de manière efficace, concrète et efficace les tâches à d'autres, à en contrôler la réalisation, à assumer les résultats présentés, à prendre leurs responsabilités en tant que "meneur" d'hommes, à faire passer des messages clairs dans des conditions optimales, tout en alliant écoute de l'autre, autorité, efficacité, résultats, bienveillance et exigence pour obtenir de meilleures performances encore.

Cet exercice, bien que d'abord destiné à des chefs d'équipe, cadres et dirigeants, est également intéressant afin de faire prendre conscience à TOUT salarié de l'importance de ce rôle au sein d'une entreprise.

[Exercices de relaxation et de réveil musculaire.](#)

[Prise de connaissance de la notion de leadership](#)

[Déterminer la solution la plus adaptée à la situation.](#)

