


CIRQUENCHÈNE

COURS DE CIRQUE (DÈS 4 ANS)
 Ecole de Chêne-Bougeries

STAGES D'ÉTÉ SOUS CHAPITEAU

www.cirquenchene.ch
 Tel : 079/213 54 13

ACADÉMIE DE DANSE FLAMENCA
ANTONIO PERUJO

 Al-Andalus
COURS TOUS NIVEAUX

INFOS & INSCRIPTIONS
www.al-andalus.ch
 079 679 34 59

la comédie^{GE}
WWW.COMEDIE.CH

ABONNEZ-VOUS!
 2014-2015



Formation & Education

Améliorer la communication par l'improvisation



Dans une société où tout bouge à une vitesse effrénée, le contact humain est parfois délaissé au profit de la technologie. Pour assurer la cohésion d'une entreprise et sa prospérité, il est pourtant essentiel de communiquer de manière efficace. Parmi les nombreuses formations dispensées par des organismes de la place, arrêtons-nous sur la technique de l'improvisation théâtrale qui connaît un succès croissant, ici et ailleurs.

Dans l'improvisation théâtrale, tout est à créer. Pas d'histoire, pas de décor, pas de costume. Les participants sont à la fois scénaristes, metteurs en scène et interprètes. Pour entrer en communication, l'improvisation requiert d'aller vers l'autre, de s'exposer, d'assumer ses décisions mais aussi de les remettre en question, de s'ouvrir à l'interaction, de savoir écouter, de jongler entre langage verbal et non verbal... autant de qualités qui, transposées dans un univers professionnel, forment l'une des clés du succès d'une entreprise!

L'avis du spécialiste

"Le succès est la somme de petits efforts répétés jour après jour" écrivait Robert Collier, auteur américain spécialisé dans le développement personnel. Et ce n'est pas David Allamand, directeur de BeTrain, qui le contredira. Après avoir passé 26 ans dans la finance, cet homme dynamique a choisi de se mettre au service

des entreprises en créant sa propre société, BeTrain. Son objectif? Amener les collaborateurs à mieux communiquer et à s'affirmer en utilisant leurs propres compétences avec créativité. "Je suis parti du constat que la technologie cyberactive omniprésente dans notre société diminue les contacts humains et isole les individus, explique-t-il. Pour pallier à ce problème, j'ai mis en place une série d'exercices inspirés de l'improvisation théâtrale, qui visent à modifier le fonctionnement interne de l'entreprise et les habitudes de communication des employés, plus particulièrement. Mon expérience institutionnelle me permet d'avoir un regard extérieur sur les rouages."

Improviser en groupe

Concrètement, les cours s'adressent à des groupes de six à huit personnes et s'articulent en deux parties. Une introduction théorique à la pratique de communication permet de revoir des concepts basiques mais essentiels que l'on tend à oublier. Puis, David engage les employés dans une série de jeux interactifs et d'improvisation: "Par le jeu, la dynamique est différente. Les participants s'impliquent très vite et prennent conscience des liens entre l'improvisation et la communication sur leur lieu de travail." Ces exercices visent à entraîner l'écoute de l'autre et à oser la créativité pour considérer les conflits sous un angle nouveau. De plus, le lâcher-prise, l'humour et la souplesse que les exercices d'improvi-

David Allamand, directeur et formateur de BeTrain, en plein exercice d'improvisation.

sation requièrent participent au développement de l'inventivité et de la confiance en soi. Par exemple, le Théâtre forum est un exercice qui vise à rejouer une situation conflictuelle réelle à partir de laquelle chacun peut proposer une solution pour la désamorcer. Cette dernière est ensuite testée par le jeu pour vérifier sa validité. Naturellement, l'expérience de groupe contribue à souder l'équipe et à révéler une face parfois cachée des personnalités respectives.

Du comment au pourquoi

Les entreprises dans toute l'Europe recourent de plus en plus à l'improvisation dans le cadre de leurs programmes de formation. Elle oblige les acteurs à construire quelque chose ensemble, à être attentifs aux actions des autres, à accepter l'autre et ses idées, à créer de nouveaux liens et à prendre conscience de son propre fonctionnement. Le but est d'encourager les employés et les responsables à se concentrer sur la raison et non pas sur la façon de faire les choses.

Guy Schneider

Pour de plus amples informations sur les cours d'improvisation théâtrale pour entreprises, vous pouvez vous adresser à David Allamand, BeTrain, au 079 648 03 65 et à boostez@be-train.ch

Consommation d'alcool et cannabis chez les ados?



Infos et conseils:
www.mon-ado.ch

Carrefour
 addiction

FEGPA
 PRÉVENTION ALCOOL



N

Retrouvez-nous sur 

Journal Nouvelles Genève