



## ***A la rencontre de nos émotions et de nos ressources grâce au clown qui est en nous***

### **Objectifs**

- *Faciliter l'accès aux ressources de motivation, énergie, confiance...*
- *Découvrir de façon ludique des clés de la communication non verbale*
- *Se donner des outils d'animation et gestion de groupe par une approche corporelle et théâtrale*
- *Créer une dynamique relationnelle dans un groupe*

### **Personnes concernées**

Les acteurs des métiers de la formation

Les acteurs du changement dans l'entreprise

Les acteurs de l'accompagnement et de la relation d'aide

Toute personne en relation avec un public

### **Programme**

#### Premier jour

- Evocation des mots clown et ressources par les participants, éclairage des professionnels
- Exercices de mise en disponibilité corporelle et vocale et de dynamique de groupe
- Mise en mouvement des émotions comme états ressources
- La présence par le regard : en groupe puis en duo avec le nez rouge : interaction avec le public
- Mise en perspective des éléments clés de la dynamisation du groupe
- Exercice de dynamisation de groupe par la danse, le mouvement, jeux
- L'éveil du clown : lâcher prise, être en contact avec ses états internes et ses ressources tout en remontant dans les niveaux logiques (le sens donné à l'expérience)
- Montée des émotions
- Compréhension de la dynamique interne entre mouvement, ressource et émotion
- *Temps d'intégration*

#### Second jour

- Mise en jeu du corps, du mouvement et de la dynamique corporelle avec musique
- L'échange de geste /relais des états ressources
- Mise en mouvement de la synchronisation, l'écoute, l'empathie
- Exploration de différentes émotions dans leur dimension ludique et corporelle,
- Analyse des clés de communication non verbales
- Temps intégration avec orientation vers le futur
- Bilan du stage et perspectives

## **Méthodologie**

Alternance de pratiques corporelles et théâtrales avec des mises en perspective à partir d'approches de communication comme la PNL.

La formation est animée par France DOUTRIAUX, ingénieure, consultante en ressources humaines, enseignante certifiée en PNL, fondatrice de COMMUNICATION ACTIVE et par Patrice COLONNA D'ISTRIA, Clown, coach et thérapeute.

## **Déroulement**

Ce stage se déroule le week-end du 25 et 26 janvier 2020 (10h/17h00) à Caen ou à proximité.

Une **tenue** souple et confortable (jogging, caleçon) ainsi qu'un **nez de clown en plastique** avec élastique sont souhaités.

## **Tarifs**

- ENTREPRISE : 340 €, centre exonéré de TVA
- PARTICULIERS : 168 €, centre exonéré de TVA

L'atelier est organisé dans le cadre des activités de l'association Développement en Normandie. Les séminaires sont ouverts aux adhérents de l'association. L'adhésion est de 18 €.

Pour les financements Entreprise, une convention de formation est adressée à la demande.

---

France DOUTRIAUX  Communication active

27, rue aux coqs - 14400 Bayeux - 06 81 97 64 29

Courriel : [francedoutriaux@gmail.com](mailto:francedoutriaux@gmail.com) Site : <http://www.communication-active-normandie.fr>

*Organisme de formation N° déclaration en préfecture 25 14 0154014*

*Organisme certifié qualité par le RP CFI, reconnu par la CNEFOP, inscrit au Répertoire National DATADOCK*