

26 > 28
MARS
 2022

POSTURE DE COOPÉRATION

REGARDER AUTREMENT MA POSTURE,
 EXPÉRIMENTER DE NOUVELLES FORMES DE COOPÉRATION,
 ACQUÉRIR D'AUTRES FAÇONS INTERAGIR DANS UN GROUPE



Posture de coopération - Regarder autrement ma posture, appréhender d'autres façons de me positionner, expérimenter de nouvelles formes de coopération

Thématique : Développement des capacités relationnelles

Envie de développer des échanges constructifs ? Envie de réussir à co-construire vos projets dans un cadre serein ? Envie de vous sentir légitime à votre place dans le groupe ?

Cet atelier sur trois jours pour prendre du recul sur votre posture de coopération et votre place dans un groupe, votre relation au collectif, au pouvoir... et vous permettre d'expérimenter d'autres façons de communiquer, d'écouter et de coopérer.

Objectif(s)

Généraux : Regarder autrement ma posture, expérimenter de nouvelles formes de coopération, acquérir d'autres façons interagir dans un groupe dans une posture

Pédagogiques :

- Identifier l'impact de sa posture sur le groupe
- Acquérir différents outils de communication (écoute, authenticité, souveraineté...)
- Reconnaître les enjeux dans l'échange (intention, besoin, leader/souteneur...)
- Créer un cadre de confiance pour faciliter la coopération
- Distinguer les freins et les leviers du faire ensemble

Public et prérequis

Public : Toute personne qui souhaite travailler sur sa posture de coopération dans un collectif

Prérequis : pas de prérequis - Pas de niveau prérequis pour La pratique du clown théâtre qui est accessible à tou.te.s.

Durée – Date

Samedi 26 mars 2022 : 9h00 – 12h30 – 14h – 18H00

Dimanche 27 mars 2022 : 9h00 – 12H30 – 14H – 18H30

Lundi 28 mars 2022 : 9h à 12h30 – 14H00 – 16H30

Durée totale de la formation : 21H30

Arrivée possible vendredi 25 mars à partir de 18h.

Jusqu'à 10 participant.e.s.

[Lien d'inscription](https://sites.google.com/site/annacruaudappui/accueil) sur le site : <https://sites.google.com/site/annacruaudappui/accueil>

Date de mise à jour : 26 novembre 2021

Lieu de la formation

Gîtes et séminaires - La gorge | 38220 Séchilienne - <https://goutevie.fr/>

L'Hébergement est préconisé sur place, le partage des repas faisant partie intégrante de la proposition : possibilité de loger en dortoir – Possibilité de mettre une tente / un camion aménagé.

La salle est accessible aux personnes à mobilité réduite.

Coûts

COÛTS D'INSCRIPTION :

- **Pour les particuliers**

Frais fixes : 120€

Frais pédagogiques : en participation consciente :

Elle est payée à la fin de la formation en Euros.

Ce mode de paiement est le modèle économique de la formation pour les particuliers afin de rémunérer l'animation, l'ensemble des coûts liés à l'organisation et de façon plus générale, l'ensemble du travail réalisé par notre équipe afin que cette formation puisse exister et atteindre le niveau de qualité professionnelle qu'il propose.

Nous avons choisi le modèle économique de la participation consciente. Elle nous a été inspirée par l'UdN dont nous partageons la philosophie et reprenons ci-après les explications auxquelles nous adhérons. Elle vient d'une réflexion et des expériences faites sur notre rapport à l'argent.

C'est la somme en euro que vous donnez en conscience pour ce que vous avez vécu et en fonction du soutien que vous souhaitez nous apporter.

>> Elle est obligatoire, mais aucun prix ne sera exigé ou proposé.

>> La remise se fait à la fin de l'expérience de façon non-anonyme sans justification du montant choisi.

- **Pour les salariés** : Frais fixes + Frais pédagogiques : 790€ avec prise en charge Formation Professionnelle Continue (Organisme de formation référencé)

LES FRAIS FIXES COMPRENNENT :

- Le matériel pédagogique
- La location de la salle et les pauses
- L'hébergement
- La gestion des inscriptions

HEBERGEMENT ET REPAS :

Le cout de l'hébergement en dortoir est comprise dans les frais fixes.

Les repas seront composés avec les ingrédients que chacun.e amènera pour les trois jours, un outils partagé permettra d'organiser la répartition. La conception des repas en coopération font partie intégrante de la proposition.

Moyens pédagogiques, techniques et d'encadrement

Cette formation est réalisée en présentielle avec hébergement sur place et partage des repas.

Méthodes pédagogiques :

Cette formation est conçue, organisée et animée par une équipe fonctionnant en gouvernance partagée et dans l'utilisation permanente des outils proposés

Apports théoriques et mises en situation

Exercices pratiques en petits groupes

Élaboration collective et échanges

Utilisation de la pratique du clown théâtre comme outil révélateur

Dans un cadre de communication sécurisé en alternant des expériences sensorielles pour apprendre par l'esprit et par le corps

Vous êtes en situation de handicap, contacter nous par téléphone/mail – acruaud@gmail.com

Date de mise à jour : 26 novembre 2021

Éléments matériels de la formation :

La formation se déroulera dans une grande salle ou en extérieur. Le matériel pédagogique et le matériel lié aux pratiques sensoriels sera fourni.

Les participants sont invités à se munir de cahier personnel, habits souples, chaussures pour marcher en extérieur.

Les formatrices :



-Anna CRUAUD, passionnée par les relations entre les personnes, le mieux vivre ensemble, j'ai exploré au cours de mes diverses expériences professionnelles et personnelles différentes facettes de la participation, des modalités de faire ensemble et de prise de décisions partagées. Depuis 8 ans j'accompagne des organisations en proposant des outils d'intelligence collective permettant à chacun de prendre sa place en coopérant au service d'une vision commune. Parallèlement depuis 2006 je pratique le clown de théâtre comme outils artistique qui me permet d'exprimer ce que je suis au delà de ce que je perçois. Accélérateur de plaisir et loupe sur la vie, la pratique du clown fait partie de mes outils personnels et je souhaite le proposer au service des apprentissages de chacun.



-Coline CASPAR, mon chemin m'a conduit de la créativité à la coopération, vers le désir de faire ensemble en me respectant, en respectant les autres et l'environnement. Aujourd'hui je fais ce que j'aime, ce qui me fait vibrer et m'anime, en cohérence avec mes valeurs et avec l'intention de partager avec authenticité, pour un monde plus libre et joyeux : la facilitation et l'animation de formations en coopération, gouvernance partagée et créativité, du graphisme et de l'illustration et de la facilitation graphique. J'ai rencontré mon clown en 2014 avec l'association Connex'cité. Bénévole, j'interviens comme actrice de clown théâtre avec les personnes en situation de handicap sur scène et continue également une pratique personnelle. Il est évident pour moi de partager cet outil complet et révélateur et de l'intégrer à mes animations et formations.

Programme, contenu de la formation

Jour 1 Matin

- Accueil inclusion
- Pose du cadre de la formation
- Expérimentation de la pratique du cercle sociocratique
- Exercice corporel sur des exercices de centrage
- Travail collectif sur notre vision de la coopération

Jour 1 Apres midi

- Pratique du clown de théâtre en duo sur l'écoute et la coopération
- Debrief sur les apprentissages sur la posture de coopération

Jour 2 Matin

- Exercice corporel sur des exercices de centrage
- Exercice sur les émotions, les besoins à partir de situations apportées par les participants
- Debrief sur les apprentissages sur la posture de coopération

Jour 2 Apres midi

- Exercice corporel sur la posture de coopération
- Travail individuel sur les ombres dans la coopération
- Pratique du clown de théâtre autour des ombres dans la coopération
- Debrief sur les apprentissages sur la posture de coopération

Jour 3 Matin

- Exercice corporel sur la posture d'écoute
- Pratique du clown de théâtre autour de la coopération en groupe
- Exercice individuel d'analyse des apprentissages

Jour 3 Apres midi

- Exercice corporel pour cultiver le retour à soi

Date de mise à jour : 26 novembre 2021

- Exercice pour formuler et évaluer les apprentissages sur la posture de coopération
- Analyse individuelle d'une situation de coopération et des facteurs pouvant soutenir la coopération
- Apport théoriques complémentaires
- Evaluation de la formation
- Clôture de la formation

Modalités d'évaluation et de suivi

L'évaluation porte :

- sur la mesure de la satisfaction des stagiaires sur l'organisation, les qualités pédagogiques du formateur, les méthodes et supports utilisés... : questionnaire en ligne final
- sur les acquis de la formation : évaluation continue

Une Attestation de formation sera fournie

Les participants signeront une feuille d'émargement.

CONTACT : Anna CRUAUD – a.cruaud@gmail.com - 06 77 11 50 26
