

Jouer avec mon clown

pour mieux me connaître et mieux communiquer

Objectifs de l'atelier : apprendre à connaître, à développer et « utiliser » le clown qui est en nous, libérer notre énergie émotionnelle et notre créativité dans la relation, enrichir notre palette d'expression au travail, en animation... et au quotidien !

Travail à partir du clown

- **Affirmation de soi**
Quelles sont mes qualités et mes « défauts »
Qu'est-ce que je communique à l'autre
- **Compréhension de l'autre**
Qui est-il et qu'est-ce qu'il me dit
Comment je réagis à ce qu'il me renvoie
Comment je communique en cas de conflit
- **Mon clown et mes émotions**
Prise de conscience et gestion des émotions dans la relation selon différentes problématiques.
Communication émotionnelle avec le public.

Un atelier en 4 temps

- **Découverte et émergence du clown**
Exercices ludiques pour faire (ré)émerger son clown à partir de soi et de son vécu
- **Mise en pratique personnelle**
Exercices de mise en situation de mon clown dans des contextes choisis ou proposés
- **Mise en pratique dans la relation**
Mises en scène dans la relation à l'autre des problématiques choisies ou proposées
- **Cohésion et intégration**
Temps de partage et d'échange

Un cycle de 6 ateliers

Nous proposons pour 2017-2018 six ateliers avec une trame similaire mais des exercices différents, en fonction des besoins de chaque participant et des thèmes qui émergent. Chaque session permet d'explorer des facettes différentes de notre clown et de notre personnalité. Cela permettra pour ceux qui le souhaitent de participer à plusieurs ateliers pour approfondir la palette de leur clown (vous pouvez vous inscrire à une ou plusieurs sessions, avec un tarif dégressif).

Pourquoi le clown ?

Personnage en nous qui englobe tous nos talents, toutes nos qualités, mais aussi nos défauts (qualités non abouties), le clown, par son exagération, permet de grossir les relations humaines et a cette sincérité qui est fondamentale : le fait de s'avouer et d'avouer aux autres ce qu'il est pleinement, sans jugement. En mettant ainsi en jeu notre complexité, il nous offre une ressource puissante pour nous aider dans les situations relationnelles et émotionnelles de notre vie professionnelle et personnelle.

Modalités

Dates 2017 : Vendredis 10 novembre, 22 décembre – 2018 : Vendredis 9 février, 30 mars, 27 avril et 29 juin
Tarif professionnel : 165 € HT (198 €TTC) - Tarif personnel : 80 € - Tarif dégressif si plusieurs participations
Tarif personnalisé pour chômeurs, retraités ou autres situations particulières

Christophe Morin



Je partage depuis plus de 20 ans mon activité entre la gestion d'équipes, la médiation interculturelle et le théâtre/clown, avec une posture de coach, de facilitateur et/ou de formateur.

Après avoir été manager 6 ans, puis acteur-clown et formateur de clown de 2002 et 2008 en Espagne, je me suis formé depuis 2011 au coaching, à l'analyse transactionnelle, à la CNV et à la clown-Gestalt.

Avec **Drôle de Je**, j'accompagne depuis 2013 les entreprises et les dirigeants sur la gestion et la cohésion d'équipes et j'organise différents stages et ateliers de développement personnel sur les thèmes de la gestion des émotions, la communication interpersonnelle et la confiance en soi.

Contact

Christophe Morin – 06 42 60 21 51 – christophe.morin@drole-de-je.com – www.drole-de-je.com