

# ENTREPRISES



ENVIE DE DÉVELOPPER VOTRE **ESPRIT D'ÉQUIPE** ?

ENVIE DE **COMMUNIQUER**  
DE MANIÈRE EFFICACE ET POSITIVE ?

ENVIE DE DÉVELOPPER VOS **CAPACITÉS D'ÉCOUTE** ?

ENVIE DE **BOOSTER VOS ÉQUIPES** ?



06 16 79 00 57  
06 74 51 32 40

[entreprises@bullecarree.fr](mailto:entreprises@bullecarree.fr)





Nous élaborons, selon vos besoins et votre budget, des **ateliers de formation sur mesure** où les méthodes de **l'improvisation théâtrale** sont appliquées pour l'entreprise par des **coachs professionnels**.

Nous avons à cœur que chaque exercice, chaque compétence travaillée soit en lien direct avec des **situations professionnelles réalistes**, et que nos propositions soient applicables immédiatement pour un **mieux-être au travail**.

Outre le bon moment partagé, vos collaborateurs repartent avec des **clés concrètes** pour améliorer **leur savoir-être** au sein d'un groupe ou en entretien face à face, pendant une négociation ou en tant que manager.

Vos équipes se découvrent sous un angle nouveau, **les sentiments d'appartenance** et **d'entraide sont renforcés**.

### DÉVELOPPER SES "SOFT SKILLS"

confiance en soi, créativité,  
intelligence émotionnelle

### AMÉLIORER SA RÉACTIVITÉ

capacité d'adaptation pour faire face à  
des situations inattendues, agilité

### COOPÉRER

- Créer une émulation dans l'équipe pour savoir prendre des décisions collaboratives
- Constaté les mécanismes qui entrent en jeu dans la communication
- Augmenter ses qualités d'empathie
- Autoriser le droit à l'erreur
- Faire valoir son point de vue

Tous nos ateliers sont modulables en fonction de **vos besoins spécifiques**

Plus de cohésion ou plus de négociation, c'est au choix

**DU VRAI SUR MESURE !**



# JOUER COLLECTIF



## PRENDRE PLAISIR A COLLABORER AVEC LES AUTRES

- Accepter les propositions de l'autre et les utiliser pour rebondir
- Autoriser le droit à l'erreur dans l'équipe
- Faire preuve de solidarité envers les autres membres du groupe
- Savoir écouter aussi avec les yeux : agir et réagir en conséquence
- S'adapter et réagir positivement à des situations inattendues
- Prendre du recul par rapport à une situation, ne pas se laisser déstabiliser



Collaborateurs, managers



8 à 15 participants par coach



2 À 3 heures



une salle de 25m<sup>2</sup> avec des chaises et un mobilier facilement déplaçable et peu encombrant par groupe de maximum 15 participants



06 16 79 00 57  
06 74 51 32 40

entreprises@bullecarree.fr





# COMMUNIQUER EN GROUPE



## MOBILISER L'ATTENTION DE SON ÉQUIPE

- Adopter la bonne énergie pour être entendu
- Travailler le regard comme outil de connexion
- Utiliser l'écoute active en situation
- Mobiliser l'attention de son équipe
- Transmettre des messages clairs, positifs et bienveillants
- Limiter les parasites verbaux et non verbaux



Collaborateurs, managers



8 à 15 participants par coach



3 Heures




une salle de 25m<sup>2</sup> avec des chaises et un mobilier facilement déplaçable et peu encombrant par groupe de maximum 15 participants



06 16 79 00 57  
06 74 51 32 40

[entreprises@bullecarree.fr](mailto:entreprises@bullecarree.fr)





# CONDUIRE SON EQUIPE



## FÉDÉRER ET MOBILISER SES COLLABORATEURS

- Faire preuve d'assertivité
- Déléguer efficacement
- Travailler son rapport à l'erreur pour avoir un impact positif
- Être à l'écoute de son équipe
- Guider plutôt que diriger



Collaborateurs, chefs d'équipes



8 à 15 participants par coach



3 Heures



une salle de 25m<sup>2</sup> avec des chaises et un mobilier facilement déplaçable et peu encombrant par groupe de maximum 15 participants



06 16 79 00 57  
06 74 51 32 40

[entreprises@bullecarree.fr](mailto:entreprises@bullecarree.fr)





# AGRANDIR SON ÉQUIPE



## INTÉGRER LES NOUVEAUX COLLABORATEUR·RICE·S

- Briser la glace
- Découvrir l'équipe
- Transmettre l'esprit de l'équipe
- Faire preuve de solidarité envers les autres membres du groupe
- S'adapter et réagir positivement à des situations inattendues



Collaborateur·rice·s, chefs d'équipes



8 à 15 participants par coach



3 Heures



une salle de 25m<sup>2</sup> avec des chaises et un mobilier facilement déplaçable et peu encombrant par groupe de maximum 15 participants



06 16 79 00 57  
06 74 51 32 40

[entreprises@bullecarree.fr](mailto:entreprises@bullecarree.fr)





# S'EXPRIMER EN PUBLIC



## CONNECTER SON AUDIENCE, CAPTER SON ATTENTION

- Mettre le corps au service du message
- Adopter la bonne énergie
- Comprendre les attentes et adapter son message
- Maîtriser son outil : la voix
- Utiliser les silences
- Transformer le stress en vigilance



Collaborateurs, managers



8 à 15 participants par coach



3 Heures



une salle de 25m<sup>2</sup> avec des chaises et un mobilier facilement déplaçable et peu encombrant par groupe de maximum 15 participants



06 16 79 00 57  
06 74 51 32 40

[entreprises@bullecarree.fr](mailto:entreprises@bullecarree.fr)









# ÉCHANGER A DEUX



## TROUVER UN TERRAIN D'ENTENTE

- Faire preuve d'assertivité
  - Identifier les besoins
  - Utiliser l'écoute active
  - Travailler le regard comme outil de connexion
  - Comprendre les fondamentaux de la communication non violente
  - Mettre en pratique des outils de gestion du conflit
  - Adopter un vocabulaire positif et bienveillant
-  Collaborateurs, managers
  -  6 à 10 participants par coach
  -  6 heures
  -  une salle de 25m<sup>2</sup> avec des chaises et un mobilier facilement déplaçable et peu encombrant par groupe de maximum 15 participants



06 16 79 00 57  
06 74 51 32 40

[entreprises@bullecarree.fr](mailto:entreprises@bullecarree.fr)





# PÉDAGOGIE

Une succession d'exercices **simples et collaboratifs**,  
préalablement choisis et organisés par nos soins  
en fonction de vos besoins : **aucun préalable n'est requis**

- L'expérimentation de l'improvisation théâtrale
- Les exercices corporels et vocaux
- Les mises en situation, tour à tour, individuelles et collectives
- Les jeux coopératifs et de déduction
- L'analyse de l'expérience : retours bienveillants et partage

Ils nous ont fait confiance :



06 16 79 00 57

06 74 51 32 40

[entreprises@bullecarree.fr](mailto:entreprises@bullecarree.fr)

