



L'humour pour favoriser une relation positive

Une formation drôlement sérieuse !



Pour qui ?

- **Salariés ou indépendants...** à des postes de contacts (collègues, public...)
- **Managers ou encadrants** : ressources humaines, communication...
- **Responsables commerciaux** : pour les clients, fournisseurs...
- Plus généralement, à toute personne désirant être à l'aise avec les autres et révéler ses atouts.

Objectifs

- Libérer les tensions corporelles, le stress...
- Augmenter le bien-être au travail (avec tous les interlocuteurs...)
- Trouver son potentiel d'humour, de créativité, d'enthousiasme...
- Resserrer une équipe, dédramatiser des problèmes.
- Apporter des outils de prise de distance pour appréhender les situations de la vie.
- Être plus efficace au quotidien...

En jeu et enjeu

Volonté de participer activement pour décupler son humour

les +

- Une formation interactive pour sourire dans tous les sens du terme au quotidien.
- Une pédagogie pour s'imprégner d'une approche positive.

Le programme

Les formations sont construites autour de différents modules :

- 1 **Présentation ludique des stagiaires** suivie d'apports théoriques sur l'humour, ses bienfaits, ses mécanismes...
- 2 **Exercices de détente corporelle**, de respiration, de la voix...
- 3 **A la recherche de son "humour intérieur"**.
L'écoute de l'autre, d'observation : travail en groupe ou en individuel à partir de réflexions et de jeux ludiques, improvisations...
- 4 **L'humour d'anticipation et de préparation** (lors d'un rdv, une réunion, un échange téléphonique...).

La formation se termine par un échange avec les stagiaires (évaluation, impressions...) et résolutions.



Modalités

de 4 à 15 personnes. Au sein de votre organisme, société ou établissement ou en inter-entreprises.



Durée

1 à 2 jours selon les attentes. Présentiel (7h ou 14h)



Mode d'évaluation

- Questionnaire individuel de satisfaction à chaud.
- Évaluation des acquis.



Le formateur

Christophe Tricart, ancien chef d'entreprise dans l'édition, formateur spécialiste en communication d'entreprise, en techniques de créativité ludique et relations humaines.

Quelqu'un de drôlement sérieux !!!

Qui sommes-nous ?

Les mots se réveillent, entreprise créée en 2012 accompagne les entreprises, les salariés et les indépendants dans leur volonté de changement... en douceur !

Ils nous ont fait confiance

de la **PME**(Médial conseil...),
multinationale (Orange, ste Réhau...),
cabinet d'expertise (COGEDIS...),
structure médico-sociale (EHPAD de Lyon, St-Quentin, SSIAD de St Pessac...),
collectivité locale (FACE 44...).

Formation-communication par l'humour positif

LES MOTS se réveillent

02 98 39 36 88

06 43 69 97 90

Kerignan 29380 Bannalec - bonjour@lesmotsseveillent.fr
www.lesmotsseveillent.fr - lesoptimistesdelavie.fr

N° de déclaration d'activité 53 29 08689 29 auprès de la Préfecture de la Région Bretagne, ce numéro ne vaut pas agrément de l'Etat.



Des témoignages souriants



« J'ai pu me rendre compte des représentations différentes de chacun sur l'humour... pour désamorcer certaines situations délicates... »

> Patricia, consultante en psychologie du travail

« Faire un travail sérieux, être expert et compétent, n'empêche nullement d'avoir de l'humour, et de ne pas se prendre trop au sérieux. Christophe vous le prouvera facilement avec sa formation ! »

> Laurent, designer

« Les exercices pratiques permettent de poser un autre regard sur notre propre image, d'apprendre à en rire et à en tirer parti dans notre business... »

> Catherine, secrétariat externalisé

« Grâce à cette formation, je vais pouvoir mettre un zeste d'humour dans mes relations et dans mes mails pour des retours... souriants ».

> Roland, manager d'une PME dans le bâtiment

« Merci à Christophe Tricart qui a su, par son intervention, mettre en évidence avec plein d'humour la nécessité de rire dans son boulot.... ».

> Ronan, créatif dans une agence de communication

« Moi qui suis stressée, j'ai pu me détendre par le biais de l'humour. J'ai pris conscience que j'avais des capacités. Je vais l'utiliser pour détendre mon équipe et les malades... »

> Élisabeth, infirmière cadre

