

→ OSEZ DIRE OSEZ ETRE module 1

Publics concernés :

Ouvriers ESAT, EA,
jeunes en insertion pro (dispositifs d'insertion, mission locale, impro...)

Équipements / Accès / Accessibilité :

- Salle de formation en U
- Accessibilité PMR partielle ou totale
- Adaptations pédagogiques individuelles possibles
- Une fiche accès/accessibilité sera jointe à la convocation

Profil(s) Formateur(s) :

Educatrice spécialisée, comédienne & metteur en scène formée aux Techniques du Théâtre de l'Opprimé.

Réussite & Satisfaction :

Formation nouvelle

Profil et pré-requis :

Aucun pré requis

Objectifs de la Formation / Aptitudes et compétences :

► Action d'acquisition, d'entretien ou de perfectionnement des connaissances.

- Savoir identifier son mode de communication et celui de ses interlocuteurs
- S'adapter aux diverses situations de la vie professionnelle et personnelle,
- Analyser et améliorer ses compétences et habiletés sociales,
- Identifier ses freins pour construire son projet personnel et professionnel.

Objectifs pédagogiques ESAT:

- Mesurer l'impact des relations à autrui dans le fonctionnement d'une équipe, d'un service, d'un groupe de pairs, dans la vie quotidienne
- Acquérir des outils facilitant la confiance et l'affirmation de soi, face aux collègues, les encadrants, son chef d'équipe, aux clients éventuels, sa famille, son cercle de relations...
- Permettre à chacun de trouver sa place dans le groupe et au sein de l'ESAT
- Proposer un espace où l'on peut tester et prendre confiance, où l'on peut oser et faire, sans jugement et avec bienveillance.
- Connaître les points faibles de son propre mode de communication pour les améliorer et anticiper des situations
- Encourager chacun à s'exprimer, renforcer les capacités d'élocution, aider à la formulation des idées, des désirs, des besoins.

Contenus et durée de la Formation :

► 20h

- Mise en jeu : Jeux collectifs (confiance, voix, corps, émotions, espace..)
- Théâtre Image : Construction d'image imaginaire, reproduction de photos, construction des oppressions à travers le corps
- Travail autour de la domination et du pouvoir
- Mes projets, mes rêves, outils de l'intelligence émotionnelle et la psychologie positive, faire son auto promotion, se raconter, raconter l'autre
- Création collective, écriture des maquettes de théâtre forum, création théâtre image, travail de l'idéologie de l'opresseur, improvisations, restitution théâtre forum

Méthodes mobilisées & Modalités d'évaluation :

- Jeux du théâtre de l'Opprimé (techniques image, forum, introspection, journal..)
- Accompagnement au projet avec des outils de l'intelligence émotionnelle, la psychologie positive, l'intelligence collective, l'IKIGAI...

- Suivi de l'exécution de l'action : liste d'émargement.

- Procédure d'évaluation : questionnaire préformation pour évaluer les besoins et le positionnement, évaluation continue, grille d'autoévaluation et questionnaire de satisfaction en fin de formation.

- Document remis à la fin de la formation : attestation de formation.

Modalités d'inscription & Tarifs :

Un dossier d'inscription est à remplir au plus tard 10 jours avant le premier jour de la formation.