

# Apprenez à être Drôlement Créatif !



## Une formation pour lier bien-être, humour et résultats

*« Il faut avoir une part de délire, c'est la poésie, c'est l'incertitude, c'est l'hésitation, c'est le trouble, et c'est la source de la créativité. »*

**Boris Cyrulnik**

Une étude, réalisée sur 341 travailleurs par le psychologue David Abramis de l'Université de Californie, révèle que

« les employés qui ont le sens de l'humour apparaissent aussi plus motivés, plus créatifs au bureau, et moins susceptibles d'être en retard ou absents ».

## L'approche : une méthode positive et dynamique

Loin du « il faut suer et s'acharner à la tâche », la formation associe détente, bonne humeur et travail ludique. Les exercices proposés permettent de ressentir sa propre créativité et d'assimiler les conditions pour générer un climat serein.

Cet esprit permet d'aborder de manière positive les différentes situations ou projets.

## Le retour sur investissement pour l'entreprise ?

### Un gain d'idées et de rentabilité !

- Développement du bien-être, diminution du stress, moins d'absentéisme
- Meilleure implication des salariés, plus grande production d'idées
- Propulsion d'une image plus souriante de l'entreprise
- Une longueur d'avance sur vos confrères...

## Les objectifs pédagogiques

- Libérer ses tensions corporelles et cérébrales
- Créer un climat favorable aux neurones (aux nouvelles idées)
- Désamorcer les conflits latents, économiser son énergie
- Construire une image positive
- Gagner en efficacité dans son travail collaboratif
- Penser autrement, se démarquer de la concurrence

## Contenu de la formation

### 1<sup>ère</sup> journée : L'humour au cœur de vos performances

- 1 - Pratiques de détente corporelle, de respiration, de la voix
- 2 - Libération de son humour : préparation, visualisation et mise en situation
- 3 - Exercices sur l'écoute de soi : travail individuel, puis de groupe à partir de cas concrets...
- 4 - Jeux d'observation et d'écoute de l'autre ou de son environnement

### 2<sup>ème</sup> journée : Des techniques de créativité et d'animation

- 1 - Prise de conscience des freins, la peur du regard de l'autre, les conventions...
- 2 - L'organisation d'une séance : imprégnation, divergence, concrétisation
- 3 - Découverte des premières techniques : schéma heuristique, brainstorming...
- 4 - Entraînement à l'animation de groupe

Chaque journée se termine par un échange avec les stagiaires, analyse des acquis, retours du formateur et résolutions.

## Les formateurs

### Christophe Tricart



**Un sérieux entrepreneur de bonne humeur**

Chargé de communication et ancien éditeur de livres humoristiques, ce chef d'entreprise a eu envie de partager « ses savoirs » dans l'humour créatif.

Pour confirmer ses compétences, il s'est formé aux techniques de clown, du théâtre, de la voix, des relations humaines...

[tricart@lesmotssereveillent.fr](mailto:tricart@lesmotssereveillent.fr)

### Philippe Cusson



**Un ingénieur créatif**

Après un parcours de 20 années dans l'industrie, en conception et développement de produits, il a souhaité transmettre ses compétences sur les processus de création.

Il est aujourd'hui consultant-formateur en créativité et accompagne les entreprises dans le management de l'innovation et la concrétisation de leurs projets.

[pcusson@geneosis.fr](mailto:pcusson@geneosis.fr)

## A qui s'adresse cet apprentissage ? A tous !

Formation intra- et inter-entreprises : 5 à 15 personnes

- Chercheurs, techniciens, R&D...
- Managers, chefs d'équipe...
- Communicants (responsables marketing et communication...)
- Toute personne en relation avec l'extérieur (commerciaux, standardistes...)

## Nous contacter

Pour connaître les tarifs, les dates à venir, les lieux

Tél : 06 43 69 97 90 ou 06 89 50 62 89