

Le théâtre d'improvisation au service de la cohésion et de la communication en équipe

Non-certifiante

Formation continue.

Réf. : 25191636F — Mise à jour : 12 décembre 2025

Organisme responsable : AVANT-PREMIERES

Contenu

Objectifs

À l'issue de cette formation, les participants seront capables d'appliquer les fondamentaux du théâtre d'improvisation pour faciliter la cohésion et la communication des équipes.

Programme

Objectifs pédagogiques

Savoir : Appréhender les principes fondamentaux du théâtre d'improvisation, tels que l'écoute, l'acceptation des propositions des autres et la réactivité

Savoir-faire : Mettre en pratique les techniques de communication verbale et non verbale, et développer la capacité à générer des idées de manière spontanée et collaborative

Savoir-être : Gagner en lâcher-prise, renforcer la confiance en soi et en l'équipe pour créer un environnement de collaboration et de confiance

Principaux contenus pédagogiques

La formation se structurera en trois grandes parties, chacune conçue pour atteindre les objectifs pédagogiques en favorisant la participation active des participants.

1. Mise en confiance et échauffement : Exercices simples de prise de contact pour briser la glace, apprendre les bases de l'écoute et de

l'acceptation des propositions des autres participants.

2. Corps de la formation : Succession de jeux d'improvisation sur des thèmes variés, adaptés pour renforcer la réactivité, la prise de parole en public et la cohésion d'équipe. Des exercices spécifiques seront proposés pour stimuler la créativité et la résolution de problèmes en groupe.

3. Bilan et évaluation : Débriefing collectif pour relier les exercices d'improvisation au contexte professionnel de l'entreprise. Un quizz et

une évaluation à chaud sera effectuée pour valider les acquis et les ressentis des participants.

Certifications préparées et métiers visés

Niveau d'entrée	Niveau de sortie
Sans niveau spécifique	Sans niveau spécifique

Dates et lieux de formation

N° session	Modalité	Lieu	Du	Au
2150373	Présentiel	Saint-Brieuc	21/12/2025	17/12/2026