

OSEZ L'HUMOUR DANS LES RELATIONS DE TRAVAIL (TRAVAILLEURS HANDICAPES)

SAN47

PRÉREQUIS

La formation ne nécessite aucun prérequis

DURÉE

3 jours, 21 heures

CERTIFICATIONS

Attestation de stage

PROCHAINE(S) SESSION(S) : 2024

Besançon	Nous consulter
Belfort	Nous consulter
Vesoul	Nous consulter
Lons-le-Saunier	Nous consulter

CE QUE VOUS ALLEZ APPRENDRE

- Définir ce que l'on entend par « humour » et le différencier de la moquerie
- Reconnaître l'humour comme moyen d'action et prendre conscience de son importance et de son influence dans sa pratique professionnelle
- Identifier son propre mode d'humour
- Connaître les différentes utilisations et bienfaits de l'humour dans sa relation à l'autre (encadrants, collègues, familles...)
- Identifier les limites et les écueils que peut avoir le recours à l'humour
- S'exercer à utiliser l'humour, pour notamment : mieux se connaître et s'accepter, prendre de la distance voir de la légèreté, sortir de situations difficiles ou conflictuelles, mieux gérer ses émotions, « jouer » avec le cadre professionnel... mais surtout prendre du plaisir dans sa relation à l'autre

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Mieux comprendre ce qu'est l'humour
- En comprendre les fonctions et les fonctionnements
- Identifier sa propre vision de l'utilisation de l'humour dans le cadre de son travail
- Définir dans quelle situation son emploi est approprié ou non et identifier ce qui peut nous blesser

- Prendre pleinement conscience des effets bénéfiques de l'humour dans la relation à l'autre
- En définir clairement les limites
- Connaître son humour, appréhender celui de l'autre et utiliser cet outil supplémentaire dans son quotidien de situations plus ou moins difficiles et délicates.
- Pratiquer l'humour et intégrer quelques réflexes et données pour mieux gérer le stress, la souffrance selon sa personnalité et les situations qu'il rencontrera.

PROGRAMME

Comprendre les mécanismes et les différentes facettes de l'humour

Pour une meilleure compréhension de l'humour

Quelques apports théoriques simples autour de la notion d'humour

Pourquoi rit-on ? Les mécanismes de l'humour

Les limites de l'utilisation de l'humour

Les obstacles à la compréhension du trait humoristique

- Quand l'humour devient agressivité
- Quand l'humour devient moquerie

Humour et créativité / Humour et liberté

L'humour dans la pratique professionnelle

Les règles morales d'utilisation de l'humour en milieu professionnel

L'humour comme élément de relation et cohésion dans l'équipe de travail

L'impact de l'humour dans la relation professionnelle

L'humour comme « oxygène » dans la relation à l'autre.

Pratiquer et expérimenter l'humour pour optimiser ses relations au quotidien

Mieux se connaître, créer une dynamique de groupe et mise en confiance

Ateliers dirigés vers l'expression, la spontanéité, la prise de contact et la parole, la gestuelle, le déplacement, l'intention et l'intonation, l'écoute et la reformulation, la transmission d'informations.

Sous forme ludique, ces ateliers permettront à chacun de mieux se connaître en repérant ses forces et faiblesses dans le relationnel et aborder l'humour sous toutes ses formes.

Ateliers dirigés vers la différence et le regard de soi. de l'autre...

Cerner l'humour, ses limites et exercer la pratique de chacun :

Training sous forme de jeux de rôles.

Sketchs de mises en situations professionnelles (thèmes concernant l'équipe de travail, la relation avec les encadrants et les collègues) adaptées aux participants et proposées par les stagiaires :

- Acceptation sociale et regard porté sur le handicap
- Cohésion d'équipe
- Gestion du stress
- Parler d'un sujet difficile
- Cerner l'humour de l'autre
- Risques et limites de l'humour

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

Exercice personnel en introspection

Réflexion individuelle et collective

Travail à partir de situations et de cas concrets apportés par les participants

Apports théoriques

Analyse de pratique

Rédaction d'un plan d'actions avec axes d'amélioration pour chacun des participant

Une documentation pédagogique sera remise à l'ensemble des participants

MODALITÉS D'ÉVALUATION

QCM ou étude de cas/mise en situation

Rejoignez-nous et suivez-nous sur :



BESANÇON

46, avenue Villarceau
25000 Besançon
Tél. : 03 81 25 26 06

BELFORT

1, rue du Docteur Fréry
90000 Belfort
Tél. : 03 84 54 54 84

VESOUL

1, rue Victor Dollé
70000 Vesoul
Tél. : 03 84 96 71 08

LONS-LE-SAUNIER

87, Place de la Comédie
39000 Lons-le-Saunier
Tél. : 03 84 86 42 07

Pour toute demande d'informations : contact@sifco.eu