

# CONDUIRE UNE REUNION

## Comment être efficace pour ne pas passer sa vie en réunion

par Marie MAFFRAY

### FORMATEUR/TRICE

---

Marie Maffray fait ses études d'Art Dramatique au cours Simon et participe, dès leur création, aux ateliers d'improvisation de B. Lord.

Elle joue ensuite au théâtre et complète sa formation à l'Ecole de mime et de cirque du Carré Thorigny.

Elle s'intéresse au cinéma et travaille parallèlement à l'Institut National de l'Audiovisuel où elle développe sa passion pour le documentaire. En 1986 elle crée sa Société de production de films.

En alternant avec son métier de comédienne, elle a réalisé et produit de nombreux documentaires et films institutionnels.

Aimant transmettre et faire partager son expérience aux « acteurs » de l'entreprise, elle s'est orientée vers le métier de formatrice et a rejoint l'équipe d'Arthémon.

son aisance relationnelle), émotionnelle (faire avec ses émotions et celles de ses collaborateurs) et intellectuelle (analyser son quotidien, acquérir des solutions d'évolution). Chacun quitte le stage de formation avec des outils simples, individuels et applicables sur le terrain.

### OBJECTIFS, BENEFICES

---

- Être à l'aise pour prendre la parole
- Transmettre un message clair en réunion et commission
- Gérer son temps de parole
- Apprendre à animer une réunion
- Apprendre à utiliser les outils de la dynamique de groupe

### CONTENU, PROGRAMME

---

#### 1- Mettre en place des points d'ancrage pour être à l'aise en public

- Les fondamentaux de la communication
- Positions et attitudes
- Etablir le contact
- Pratique de la respiration
- Attitudes non verbales
- Visage : outil de communication
- Gérer son trac

#### 2- Préparer et gérer sa réunion

- La préparation d'une réunion
- Les fondamentaux de la gestion d'un groupe
- Définition d'un groupe et de ses caractéristiques
- La dynamique de groupe
- Devenir un animateur de réunion compétent

#### 3- Les outils indispensables pour la réussite d'une réunion / d'une commission

- L'écoute active
- Être stratégique dans sa prise de parole
- Gérer les silences
- Poser le cadre et tenir les objectifs
- Travailler ensemble

### METHODE ET OUTILS PEDAGOGIQUES

---

#### Une pédagogie créative, une formation performante

Participatif et pragmatique, bien ancré dans le monde de l'entreprise le travail est axé sur des exercices ludiques et les techniques de l'acteur et du théâtre. Il permet de traiter le sujet sous trois dimensions : physique (trouver

