



**la boîte-à-frap !** Av. L.-Robert 9, 2300 La Chaux-de-Fonds / 032 931 95 10 / [www.boite-a-frap.com](http://www.boite-a-frap.com)

La Boîte-à-Frap' !  
propose à votre entreprise  
son programme de

**« TEAM BUILDING »**





**la boîte-à-frap !** Av. L.-Robert 9, 2300 La Chaux-de-Fonds / 032 931 95 10 / [www.boite-a-frap.com](http://www.boite-a-frap.com)

## Qui sommes-nous ?

Nous sommes une solide équipe de spécialistes du rythme et des instruments à percussion. Nous fêtons actuellement 20 ans de pratique commune au sein de notre association « La Boîte-à-Frap' ! » à La Chaux-de-Fonds et sommes actifs en tant que professeurs d'instruments, mais également en tant qu'intervenants dans des centres, institutions et structures spécialisées ainsi que dans des entreprises.

Dans notre démarche, l'instrument n'est pas uniquement utilisé pour rythmer la musique, il intervient aussi comme un outil permettant d'amener les participants à agir ensemble et à communiquer entre eux.





## Qu'est-ce que le « Team Building » ?

Wikipedia :

«Team building (fr. renforcement d'équipe) est une locution d'origine anglaise signifiant « construction d'équipe ». Le concept de team building est né au début des années 1980. L'objectif principal est de resserrer les liens entre les membres d'une équipe. L'objectif est de renforcer la cohésion entre les membres d'une équipe et de créer un environnement favorable au travail.

À travers des activités de jeux de management, de formations expérientielles, d'activités sportives, culturelles, artistiques ou créatives, de nombreuses valeurs peuvent être mises en exergue. Le team building favorise la gestion du stress, la cohésion et l'esprit d'équipe.

Les situations pouvant mener à la tenue d'un séminaire de team building sont multiples. Les problèmes d'équipe, la gestion du stress, ou le besoin de communication interpersonnelle sont des circonstances qui mènent à la conduite d'un séminaire. La connaissance de l'autre et de ses besoins ou la cohésion d'équipe, la solidarité entre les salariés peuvent être renforcées grâce au team building.

Les pratiques de renforcement d'équipe sont au nombre de trois :

- La récompense
- l'intégration de nouveaux collaborateurs
- la gestion de crise, ce dernier cas est fréquent dans les phases d'accompagnement du changement

Enfin, l'interculturalité, l'amélioration de la décision collective et l'adhésion à la culture d'entreprise sont des cas qui peuvent justifier la mise en place d'un séminaire de renforcement d'équipe ».



**la boîte-à-frap !** Av. L.-Robert 9, 2300 La Chaux-de-Fonds / 032 931 95 10 / [www.boite-a-frap.com](http://www.boite-a-frap.com)

## **Notre vision et notre démarche à travers nos multiples expériences**

### **Le Groupe**

Il est primordial de trouver une cohérence au sein d'un groupe pour permette aux individus de fonctionner ensemble. La musique en général est un bon exemple puisque, au moment où les musiciens jouent ensemble après s'être mis d'accord sur des points centraux comme la forme, le rythme, l'harmonie, la mélodie et après avoir défini le rôle de chacun, l'union se fera au travers d'un ressenti commun et l'expression avec l'instrument créera l'osmose musicale. Ce sont des moments magiques, riches en complicité et en émotions qu'il est difficile d'exprimer par des mots : notre esprit et notre corps ne font tout d'abord qu'un avec l'instrument, puis la fusion de la création des sons émis va alors permettre de développer une énergie commune, donc une dynamique groupale.

### **Un renforcement social**

Chaque individu a une personnalité profonde et ancrée qui l'avantage ou le désavantage à intégrer un groupe. Il peut être introverti ou extraverti, apathique ou dynamique, entreprenant ou passif et il est souvent difficile de trouver un équilibre entre les différentes personnalités individuelles pour qu'une bonne cohésion se crée au sein du groupe.



De par sa technique souvent basique et son côté ludique, l'instrument à percussion est plutôt simple à aborder. Il est par conséquent plus aisé pour chacun d'accéder à un lâcher prise et ceci amène les participants à interagir et dialoguer conjointement. C'est leur permettre de se dévoiler au travers de cette forme de communication non verbale et de devenir alors tous égaux.



**la boîte-à-frap !** Av. L.-Robert 9, 2300 La Chaux-de-Fonds / 032 931 95 10 / [www.boite-a-frap.com](http://www.boite-a-frap.com)

## La cohérence, un travail d'équipe !

Le but premier de ces ateliers n'est pas d'apprendre à jouer d'un instrument, mais d'extraire les participants du contexte professionnel pour les unir dans l'élaboration d'un objectif commun : « jouer » ensemble. Les frontières disparaissent alors, laissant place unique à la collaboration ; il n'y a plus de comparaison



entre les hiérarchies et les statuts professionnels, ni même entre les niveaux sociaux ou culturels. Le groupe devient le noyau de l'action et l'instrument permet de souder les musiciens en les emportant dans une aventure commune.

D'autre part, dans cette approche du travail en groupe, chacun est confronté à des contraintes qui le mènent à développer le respect et la tolérance mutuelle. La complicité qui en découle permet de rapprocher les participants ; gagner la confiance des autres et, par-là même, gagner en estime de soi. Notre technique peut donc être utilisée non seulement comme développement personnel, mais surtout comme un moyen de communication par le rythme adapté aux personnels d'entreprises afin d'en redynamiser l'esprit d'équipe.

C'est pourquoi, de part ses ateliers ludiques et dynamiques, la BàF ! vous propose à vous et à votre équipe de vous découvrir autrement, de développer des complicités, d'être à l'écoute, de vous accompagner, de vous soutenir, de vous entraider, de vous permettre de vous affirmer, ou au contraire de vous apprendre à vous retenir ou parfois même à vous retirer, de prendre confiance en vous et en les autres, de repousser vos limites et celles du groupe, pour ainsi tisser ou retisser les liens de votre équipe d'entreprise.



**la boîte-à-frap !** Av. L.-Robert 9, 2300 La Chaux-de-Fonds / 032 931 95 10 / [www.boite-a-frap.com](http://www.boite-a-frap.com)

Nous sommes conscients que nous ne sommes pas à même de résoudre toutes les divergences de fonctionnement au sein d'une entreprise, notre objectif premier étant d'amener les participants à vivre ensemble une expérience hors du commun, un fort moment de complicité et de solidarité tout en sortant du cadre professionnel. Nous travaillons conjointement pour que ces moments d'échange servent à l'entreprise afin de développer de meilleures interactions entre les employés et ainsi améliorer la cohésion groupale. A l'issue de l'atelier, les participants pourront se remémorer ensemble ces instants passés et, au travers d'un nouveau regard, mener le personnel de l'entreprise vers une meilleure compréhension et acceptation de ses pairs.

### **Contenu des ateliers**

- Découvrir des sons et éveiller sa sensibilité au travers d'un ou plusieurs instruments
- Trouver et partager un rythme commun
- Gérer son stress, ses émotions et le regard de l'autre
- Trouver son rôle au sein du groupe et prendre ses responsabilités
- Apprendre à se concentrer tout en restant ouvert aux autres
- Découvrir sa motricité au travers de la coordination, de l'indépendance, et la développer
- Concrétiser ses idées tout en développant son imagination
- Mener le groupe et devoir communiquer ses décisions
- Communiquer ou suivre des consignes par des sons, des signes ou des regards
- Ne pas abandonner et travailler l'endurance
- Développement de la spontanéité : être réactif et travailler l'improvisation / improviser



**la boîte-à-frap !** Av. L.-Robert 9, 2300 La Chaux-de-Fonds / 032 931 95 10 / [www.boite-a-frap.com](http://www.boite-a-frap.com)

## En pratique

Les sessions d'ateliers peuvent être uniques, ponctuelles ou régulières, de deux heures à plusieurs jours, au sein ou à l'extérieur de l'entreprise et en présence de 3 à plusieurs dizaines de participants.

La Boîte-à-Frap' ! vous propose d'adapter sa démarche à votre entreprise pour élaborer et définir ensemble les objectifs en fonction de vos envies et de vos besoins.

Nos tarifs seront adaptés à chacune des interventions, n'hésitez pas à prendre contact avec notre équipe pour un premier devis sans engagement.

Nous vous remercions d'ores et déjà de l'intérêt que vous porterez à ce dossier et vous prions d'agréer, Madame, Monsieur, nos salutations les plus rythmées.

