



Chanter *en* Entreprise

Un ami consultant m'a dit un jour : - *Tu es devenu chanteur, après avoir passé plus de vingt-cinq ans en entreprise. Qu'as-tu appris, en montant sur scène, que tu aurais aimé savoir avant ?*

C'était une excellente question. Qu'avais-je appris, en « prenant du chant », que je pouvais essayer de partager utilement avec ceux qui travaillent dans la "grande" économie ?

J'ai réalisé très vite que ce que j'avais de plus important à faire passer ne se mettait pas en mots, mais relevait plutôt de l'expérience sensible : une manière d'être présent aux autres (et donc à soi-même) qui autorise une collaboration efficace, souriante, en créant les conditions de l'échange et de la confiance. La clé était dans mon nouveau métier : il fallait chanter, amener les hommes et les femmes d'entreprise à chanter.

Le chant a en effet des pouvoirs étonnants : il permet à chacun de maîtriser son principal outil de communication (la voix) et de se reconnecter à son propre corps (verticalité, équilibre, écoute, regard, respiration). Partant, non seulement il évacue les tensions, mais encore il développe la qualité de présence de ceux qui le pratiquent.

J'ai donc développé une approche basée sur le chant et la chanson, pour aborder lors de séminaires, d'universités d'entreprise, ou de sessions de formation, des thèmes tels que la cohésion d'équipes, le leadership, la créativité ou la gestion du changement.

Plus profondément, le chant contribue à épanouir une vertu que les entreprises du XXI^e siècle devraient exploiter bien davantage qu'elles ne le font, parce qu'elle constitue le pendant indispensable à l'esprit de compétition : la bienveillance

Jean-Pierre Arbon

Pourquoi chanter

(Prof. François Fourcade, directeur scientifique du Centre d'Innovation et de Recherche en Pédagogie de Paris – CCIP, sur la base d'observations de séminaires menés par JP Arbon)

• Les qualités que l'on sollicite pour chanter :

Esprit de curiosité (voire d'aventure) / Capacité à « lâcher prise », à réagir à des contraintes inhabituelles, donc à accepter les défis, collectivement et individuellement / Dépasser des peurs (*Suis-je capable ? De quoi j'ai l'air ?*) / Dépasser certains a priori sur les autres.

• Les attitudes requises :

Faire confiance / Se concentrer / S'ajuster en permanence : suivre le « chef » et regarder où en sont les autres / Apprendre et restituer très vite un apprentissage récent, agir même si l'on ne se sent pas prêt / S'appuyer sur les talents qui vous entourent / Etre dans des contributions réciproques plutôt que chacun dans son territoire.

• Les aptitudes qu'on développe :

L'écoute de soi (*rythme, respiration, modulation: la voix et le corps*) / L'écoute des autres (*ma voix est-elle bien placée (force, justesse) par rapport aux autres ?*) / La force, le courage (*de se produire devant les autres, de dépasser le trac...*) / La souplesse (*pour chanter juste, en souriant*).

• Ce que l'on obtient en chantant :

Bienveillance envers soi (*j'accepte de ne pas être parfait*) / Bienveillance envers les autres (*par ex avec les moins prédisposés à chanter*) / Créer du beau, créer du lien, produire et diffuser de l'énergie / Créer de la satisfaction, de l'estime de soi / Jouer et rester vrai : entre l'ordre et le désordre, entre le rationnel et l'instinctif (*émotionnel, pulsionnel*), il y a le jeu. La musique se joue.

Jean-Pierre ARBON, HEC, Sciences-Po, a décidé, après 25 années passées en entreprise, de changer de vie, et de se consacrer à sa passion : la chanson.

De 1979 à 2003, il a été successivement directeur général des opérations internationales de Synthelabo Pharmacie (groupe Sanofi-Aventis), directeur général de Flammarion, puis co-fondateur et P-DG des Editions 00h00.com.

Depuis 2003, auteur-compositeur-interprète, il a publié trois albums : « Etre et Avoir Eté » (2005, fff Télérama), « Il pleut au Paradis » (2007, Coup de Cœur de l'Académie Charles Cros), et « Ça arrive à tout le monde » (mars 2010). Il anime régulièrement des séminaires où il forme par le chant des managers au travail d'équipe et au leadership.

Références

ESCP-Europe, Sciences-Po, EADS, Orange-France Telecom, l'Oréal, Bouygues-Immobilier, Kingfisher (Castorama), Kraft Foods, Pfizer, Boehringer-Ingelheim, Schering, PriceMinister, Consolis, CCIP, Centre de Formation de la Profession Bancaire, Commerzbank, Hachette, GKS (Groupe BNP), APM (Association pour le Progrès du Management), etc.

Chanter *en* Entreprise

Epanouissement personnel
et efficacité collective

Jean-Pierre Arbon
+33 6 80 63 62 36
jpa@jparbon.net

Epanouissement personnel et efficacité collective

Chanter permet de conjuguer épanouissement personnel et efficacité collective. J'utilise le chant de trois manières principales : **la première** est centrée sur la création d'une **chorale**, qui fonctionne comme une métaphore de l'entreprise ; **la deuxième** place les managers en position de **chefs de chœur** ; **la troisième** consiste à **écrire et interpréter une chanson**, en mettant l'accent soit sur les processus créatifs, soit sur le caractère projectif du recours à l'écrit.

Je propose aussi des sessions consacrées à la **prise de parole en public** dans lesquelles j'utilise notamment les techniques de préparation au chant.

1 Chant choral et Team building

Objectif : construire et faire vite progresser une équipe, dans ses relations et dans son fonctionnement.

Groupes de 15 à 300 personnes.

La session se décompose en trois parties :

1. Préparation au chant
2. Apprentissage d'un chant à plusieurs voix
3. Interprétation collective du morceau.

Chanter ensemble, c'est d'abord chanter : découvrir, ou redécouvrir, sa voix, son souffle, son corps, c'est-à-dire ce par quoi l'on est présent au monde et aux autres.

C'est aussi accomplir un projet en commun, expérimenter le travail en équipe, découvrir ses modes de fonctionnement, éprouver la puissance de l'action collective.

Or mener à bien un projet d'entreprise nécessite le plus souvent la collaboration entre différents services et fonctions de l'entreprise (commercial, finance, production...).

L'exécution d'une oeuvre musicale à plusieurs voix permet non seulement d'illustrer ce processus coopératif, mais aussi de mettre en évidence les conditions qui doivent être remplies pour obtenir la meilleure efficacité et les meilleurs résultats possibles.

Durée : entre 1h45 et 3h

2 Direction de chœur et Leadership

Objectif : découvrir son propre mode de leadership, et comprendre ses attitudes face à un groupe.

Groupes de 12 à 20 personnes

La session se décompose en trois parties :

1. Préparation au chant
2. Apprentissage d'un chant à plusieurs voix
3. Travail sur le leadership : chaque participant, à tour de rôle, devient chef de chœur et propose son interprétation du morceau.

(Les étapes 1 et 2 sont, en plus rapides, les mêmes que pour la chorale).

Ce travail fait apparaître quelques règles simples : il faut à la fois savoir ce que l'on a à faire, donner des instructions claires, et toujours être à l'écoute de ses collaborateurs, afin d'exploiter cette écoute : corrections, ajustements, enrichissements, reformulations. C'est la performance individuelle du leader.

Mais comment se transforme-t-elle en performance collective ? Quelles sont les bonnes attitudes ? Comment parvient-on à entraîner l'adhésion ? Comment densifier sa qualité de présence ? Faut-il expliquer ce que l'on va faire, comment on va le faire, et pourquoi on va le faire ? Et si oui, y a-t-il un équilibre à respecter ? Quelles sont les causes de décrochages ou d'incidents ? Tels sont les thèmes que l'exercice permet d'aborder.

Durée : 3h environ

3 Ecriture de chanson et créativité

Objectif : stimuler la créativité, découvrir que les contraintes peuvent être une source de liberté, et fournir collectivement un travail que nul n'aurait imaginé pouvoir produire a priori.

Groupes de 15 à 30 personnes

La session se déroule en quatre temps :

1. Préparation au chant
2. Préparation à l'écriture
 - a. intégration des contraintes formelles : musique, format des paroles
 - b. brainstorming / recueil des idées
3. Ecriture, en sous-groupe, et premier apprentissage
4. Répétitions, puis interprétation finale

Durée : 3h environ

Le même dispositif d'écriture de chanson peut être utilisé dans un contexte de **gestion de crise**, ou de **gestion du changement**. On met alors l'accent sur le caractère projectif des paroles, et le groupe écrit une chanson qui décrit métaphoriquement la situation dans laquelle il se trouve au sein de l'entreprise et la façon dont il la ressent.

4 Prise de parole en public

Objectif : augmenter sa **qualité de présence** face à un public.

Groupes de 10 à 20 personnes.

Points abordés : Qu'est-ce qu'être face à un public ? La séquence de la scène. Le corps est l'outil. Respirer. Comment fonctionne la voix. Les appuis physiques (posture, regards, écoute, gestuelle). Le non verbal. Emission et réception d'un message. La gestion du stress. Tics de langage et mots parasites. Faire face à l'imprévu.

Simulations de réunions, de débats, d'interventions.

Durée : 1 journée, ou 2 ½ journées