



## **CORPS, THEATRE, COMMUNICATION**

### **Un Coaching Particulier !**

**Avec un coach professeur d'art dramatique**

#### **Vous souhaitez compléter vos services de coaching pour l'emploi**

- en relançant la motivation,
- en apprivoisant la timidité et le stress
- en améliorant les compétences en communication inter-personnelle

des personnes en difficulté ?

#### **Avez-vous pensé aux techniques corporelles et théâtrales ?**

ENTRE LES ENCREs intervient auprès de personnes en recherche d'emploi aussi bien qu'auprès de dirigeants en poste en séances individuelles ou collectives.

#### **Vous préparez des entretiens ou des concours et vous avez du mal à vous faire entendre et comprendre de vos interlocuteurs ?**

#### **Avez-vous pensé à améliorer votre aisance corporelle et votre communication verbale et non verbale ?**

ENTRE LES ENCREs propose un coaching (entraînement) spécifique basé sur des exercices corporels utilisés par des kinésithérapeutes et des exercices d'expression utilisés par des acteurs.

L'association ENTRE LES ENCREs, créée en 2009 et non encore subventionnée, cherche des **partenariats pour permettre aux demandeurs d'emploi d'accéder à ce service** peu développé pour eux tandis que les employeurs sont de plus en plus attentifs à la présentation et l'expression.

- Avec **CERAF** (Médiation et solidarité) pour des sessions dans le cadre de "**un coach pour l'emploi**" (soutenu par la DDTEFP et le FSE) <http://un-coach-pour-l-emploi.blogspot.com>

#### **« Aisance corporelle et verbale » :**

Un travail d'expression orale (pour améliorer son élocution, son accent, ou son débit, enfin de mieux se faire comprendre) mais aussi un travail sur l'expression non verbale (tout ce qui se voit : posture, gestuelle, expressions faciales...) et sur l'attitude corporelle et psychique globale de chaque personne.

Les exercices utilisés vont donc de mises en situation avec grille d'observation (apprendre à observer et écouter aide à améliorer sa propre expression), et de la lecture avec de petits exercices vocaux (diction, respiration...) à des exercices corporels de relaxation ou de mouvement pour retrouver de l'élan et une posture autonome, à la fois dynamique et confiante, un accordage entre verbal et corporel qui donne confiance pour favoriser l'intégration professionnelle et sociale.

Certains exercices peuvent aussi devenir une façon quotidienne de gérer le stress et d'entrer plus sereinement et efficacement en relation s'ils sont assimilés par les participants comme un entraînement personnel.

- Avec **ArtCoaching&Cie**, un atelier « théâtre » pour jeunes musiciens des cités dans le cadre de " Passerelles pour l'excellence" à la fondation Lagardère [www.artcoachingcie.fr](http://www.artcoachingcie.fr)

Atelier Théâtre improvisations sur le **thème du voyage intérieur/extérieur** : échauffement en mouvement, **méthodologie de l'improvisation par les "actions"**, improvisations sur thèmes, préparation de la séance d'écriture SLAM de l'après-midi.

- **En séances individuelles** : Face à face, suivi individualisé. Définir vos facilités et vos difficultés, **puis mettre en place un entraînement personnalisé (mouvement, évolution tonique, respiration, expression orale, vocale et expression non verbale, comment créer les conditions favorables, comment prendre de l'assurance...)** Améliorer non pas son image mais sa prestance **corporelle pour être plus stable, plus charismatique, plus "présent", plus efficace, plus avenant en général : harmonisé au dedans, harmonieux dans l'environnement !**