



Sarah SERIEVIC
Consultante en
développement personnel.
Spécialiste de l'expression
orale et comportementale.

TECHNIQUES AU SERVICE DE LA CREATIVITE

LA PROBLEMATIQUE

L'intellect n'est pas une réalité suffisante pour réaliser notre potentiel créatif.

Le stage qui est proposé vise à retrouver cette capacité naturelle et latente en chacun de nous, afin de nous permettre de dégager un maximum d'influence et de compétence. Les techniques de base élaborées dans les différents séminaires adaptés à chaque contexte d'entreprise ou de situations conduisent à la réalisation concrète des objectifs de chacun et du collectif qui passe par un phénomène logique de l'imaginaire au réel.

A QUI S'ADRESSE CETTE FORMATION

- Membres du comité de direction, managers, cadres intermédiaires

OBJECTIFS

- Retrouver le contact avec nos forces vives
- Prendre conscience du matériel avec lequel nous travaillons, c'est-à-dire nous même
- Prendre contact avec nos sensations
- Découvrir et utiliser nos capacités créatrices
- Développer la confiance en soi

PRINCIPAUX AXES DE TRAVAIL

- Rompre avec les mauvaises habitudes corporelles et les mécanismes relationnels
- Déployer son énergie en fonction de l'effort à fournir et du but visé
- Retrouver le rythme qui nous est propre et la respiration naturelle en fonction de la logique du corps
- Prise de conscience des interférences qui empêchent le processus de performance

METHODES

- Inventaire de l'état présent
- Travail de la voix et du corps que « nous sommes » (respiration, articulation des mots, expression du regard et la gestuelle, équilibre postural)
- Improvisation
- Travail d'expression et de dynamisation par la caricature
- Exercices autour de la concentration et de la déconcentration

DUREE

3 jours en résidentiel.

BUDGET

Devis sur demande, facturation à la journée, hors frais de déplacement et d'hébergement du consultant, hors frais de conception, d'élaboration de supports pédagogiques spécifiques et de location de matériel vidéo si nécessaire.