

# ETRE CRE'ACTEUR DE SA VIE

PLIE

Essonne

## OBJECTIF :

Cette action permet de travailler les situations de face à face professionnel par le théâtre.

Les objectifs sont multiples :

- Dédramatiser et investir positivement les situations de face à face professionnel (gestion du stress, anxiété, nervosité, agressivité).
- Prendre conscience de l'importance du premier contact et de l'impression produite, afin d'en être acteur et auteur.
- Développer ses capacités de communication et d'expression, en ayant intégré les codes professionnels en vigueur (registre de langue, vocabulaire, attitude et positionnement).

## DÉROULEMENT DE L'ACTION :

### ENTRER DANS L'ACTION

Dialoguer - Se fixer des objectifs

### DÉCOUVRIR, ÉCHANGER, TRAVAILLER

Le corps, les émotions, les improvisation, la relation aux autres, point d'étapes

### L'ENTREPRISE EST AUSSI UN THÉÂTRE

- Le costume
- La scène
- Le texte
- L'image de soi
- Travail personnalisé sur le projet

### JOUER

Gérer le trac, l'entretien d'embauche, préparer un spectacle

### FINAL

Présentation en public, bilan final individuel



#### MOYENS HUMAINS

- Formateur



#### SITES D'INTERVENTION

VIRY-CHÂTILLON