Booster sa créativité avec le Clown

Développer sa capacité à imaginer, innover et se libérer de la norme: booster sa Créativité!

JOUR 1: Découvrir le Clown- Développer notre sentiment de SECURITE face à la créativité- Prendre conscience de nos peurs et freins

|  |  |
| --- | --- |
| **Objectifs professionnels** | - Acquérir des outils performants pour activer sa créativité  - Développer sa capacité à inventer de nouvelles façons de faire  - Innover  - Faire confiance à son intuition, à ses ressentis |
|  |  |
| **Public concerné** | - Personnes en situaton de création d'entreprise, de recherche d'emploi, de réorientation professionnelle  -Enseignants et autres salarié-es, travailleurs indépendants débordés, en perte de sens |
|  |  |
| **Contenu pédagogique** | - Définir la créativité, à quoi elle sert et ce qui la freine: jeux- tests et définitions.  - Définir par l'expérimentation le clown de théâtre: jeux, improvisations  - Créer son propre clown  - Découvrir la Clown Danse de Libération®Clownessenciel  - Découvrir Le Censeur qui nous empêche de créer et l'ALLIE qui nous sécurise |
|  |  |
| **Méthodes pédagogiques** | Mises en situation  Exercices pratiques encadrés avec improvisations de clowns de théâtre, jeux collectifs, méditation guidées  Des "exercices" à faire d'un jour à l'autre |
|  |  |
| **Modalités d’évaluation** | Evaluation de fin de journée  Questionnaire de satisfaction en fin de module |
|  |  |
| **Prérequis** | Volonté de s’impliquer personnellement et émotionnellement dans cette formation pour en tirer les meilleurs bénéfices. |
|  |  |
| **Supports de formation/Ressources pédagogiques** | Livret de formation  Costumerie et costumes |
|  |  |
| **Durée** | La formation Booster sa Créativité avec le clown, dans sa globalité dure 4 jours mais peut- être suivie en fractionnant les journées  8 heures \* 4, soit 32 heures |
|  |  |
| **Tarif** | 160€/ jour en financement individuel  600 € en financement propre  1200 € en financement entreprise |
|  |  |
| **Les + de cette formation** | La formation permet d'explorer la créativité, ses activateurs comme ses empêcheurs grâce au clown de théâtre. Celui- ci permet de dédramatiser les situations.  Le rire facilite et accélère la prise de conscience des freins et leviers possibles pour booster sa créativité.  Chaque stagiaire repart avec une expérience positive et joyeuse.  Une costumerie riche et variée est mise à disposition. |
|  |  |
| **Accessibilité** | En situation de handicap ? N’hésitez pas à nous contacter pour préparer votre accueil. |
|  |  |
| **Délai d’accès/réactivité** | 1 semaine |
|  |  |
| **Intervenant.e** | Virginie Perrussel |
|  |  |
| **En savoir plus** | Les jours de formation: apporter des crayons de couleurs, un carnet personnel, une tenue confortable et chaude, un bouteille d'eau, un masque. Un nez de clown si vous en avez un.  Le repas est pris ensemble dans le respect des conditions sanitaires en vigueur. |