




COMMUNIQUER À TRAVERS LA DANSE ET LA TECHNOLOGIE POUR UNE RECHERCHE DE TRAVAIL PLUS CRÉATIVE



ATELIERS DE 30H POUR
DEVELOPPER SES
RESSOURCES

Le projet SELFEE est dédié au développement des compétences personnelles, socio-émotionnelles et numériques dans la recherche d'emploi. Dans le cadre de ce projet, nous construisons une méthodologie qui à long terme pourrait enrichir le travail des professionnels impliqués auprès des personnes en recherche d'emploi.

Les compétences socio-émotionnelles, aussi appelées compétences "douces", regroupent des qualités comportementales et relationnelles nécessaires à la recherche d'emploi. Au-delà des compétences techniques, les compétences douces, de plus en plus valorisées dans le monde du travail, sont des ressources clés de l'employabilité. Elles sont également essentielles au développement personnel, à l'inclusion sociale et à la citoyenneté active.



Apprentissage social et émotionnel à travers la danse

Développer le vocabulaire non verbal
et l'adaptabilité pour la présentation de
soi et la communication
Développer la confiance en soi, la
dynamique et la créativité
Remobiliser, monter en autonomie

Compétences digitales

Utiliser la technologie
informatique pour optimiser
les chances de retrouver un
emploi

Approfondissement pratique lié à la recherche d'emploi

Intégrer les nouveaux acquis
pour les mettre au service de
la recherche de travail

Trois éléments
constitutifs:

Au programme



Danser en duo, en groupe ou en solo

Se mettre en mouvement, être en groupe. Acquérir de l'aisance, lever des inhibitions. Conscientiser l'expérience corporelle de la danse comme une métaphore. Routines, prises de risque.

Danser en groupe, se synchroniser, garder son individualité, participer, enrichir ses compétences. Etre dans une équipe, collaborer, être en conflit, être en harmonie.

Zoom sur la communication

Exploration des dynamiques interpersonnelles : relation à l'autre, stratégies dans une relation asymétrique, face à l'autorité, comportements communicatifs dans un groupe, stratégies de gestion de conflit.



Recherche d'emploi

Décortiquer les composantes de la communication et appliquer dans des simulations d'entretiens d'embauche filmées.

Identification de ressources et des désirs pour orienter un choix professionnel.

Techniques informatiques de recherches d'emploi, identification d'une offre concrète pour y cibler la communication.

Public

Femmes et hommes de différentes situations de vie, actuellement en recherche d'emploi. La formation n'exige pas une pratique de danse antérieure, juste une ouverture à s'immerger dans cette forme d'art et de récolter ce qu'elle peut amener.



Intervenantes

La formation est basée sur une collaboration entre élan interculturel et Amélie Schweiger, enseignante certifiée de Danse des 5 Rythmes®, formée aux USA par Gabrielle Roth, membre active accréditée de 5 Rhythms Teacher Association.

CONTACT et PLUS d'INFOS

élan interculturel, pôle médiation artistique:

0669029555

vera@elaninterculturel.com

www.elaninterculturel.com



Cofinancé par le
programme Erasmus+
de l'Union européenne



élan interculturel