



LE COACHING SOMATIQUE

**A LA LUMIERE
DE L'INTELLIGENCE
DU CORPS
EN MOUVEMENT**

**Jeudi 4 et vendredi 5 octobre 2018
de 8 h 30 à 17 h**

**LIEU DU STAGE
Théâtre de la Poudrière
Quai Philippe-Godet 22
CH-2000 Neuchâtel**

ANIMATION



Yves Marc



Josette Lépine

Respectivement créateurs du Théâtre du Mouvement et du Coaching somatique depuis plus de trente ans.

Les techniques de Josette Lépine et Yves Marc se situent aux confins de l'Art et de la Science :

- L'Art pour développer la créativité et faire le pont entre le corps artistique et le corps quotidien. Découvrir les potentiels de ce corps souvent empêché.
- La Science, par une approche des liens qui unissent le corps et le système nerveux central.

Leur rencontre a permis le croisement de leurs connaissances mutuelles.

Ils ont découvert, chemin faisant, les potentiels pratiques et symboliques de leurs échanges, en faisant dialoguer « langage du corps » et « langage du cœur ».

OBJECTIFS DU STAGE

Ce stage propose une porte d'entrée nouvelle dans le monde du social, de l'entreprise et de l'éducation...

Il invite à une dynamique du changement à travers la symbolique du corps en mouvement.

Il apporte un point de vue différent dans le monde de la communication et principalement dans sa dimension non verbale.

Il propose de

- Favoriser l'harmonie relationnelle avec l'autre... et avec soi-même.
- Élargir le regard sur les mondes interne et externe.
- Apprendre à mieux se comprendre et inviter l'autre à trouver une agilité d'action, de corps, d'esprit devenant cohérente.
- Interroger par des jeux simples de théâtralité et de communication, l'implication corporelle dans la relation.

LEURS OUTILS

- Prise de conscience de la posture et de l'attitude intérieures, dans l'optique de pouvoir les modifier.
- Découverte en conscience des fondamentaux du corps - volontaires et involontaires- (respiration, tonus, sens, posture), qui rythment et déterminent notre vie quotidienne.
- Sensibilisation au fonctionnement de nos sens fédérés par le mouvement.
- Repérage des fonctionnements émotionnels... et « musicaux », de la respiration.
- Développement d'une qualité d'écoute et d'attention profonde du mouvement.
- Cheminement en direction de son propre rythme et de sa démarche en relation à l'espace-temps... et comment nos pensées, nos sensations et nos émotions, sont les animatrices indissociables de notre corps... et réciproquement !

Le stage sera ponctué d'échanges et de partages silencieux, communicants, ou musicaux avec le groupe.

A QUI S'ADRESSE LE STAGE

Il est ouvert

- Aux accompagnants : coaches, managers, soignants, chefs d'entreprises, thérapeutes.
- Aux acteurs du spectacle vivant (comédiens, danseurs, musiciens, chanteurs) intervenant en milieu éducatif, social ou professionnel.
- À toute personne souhaitant explorer et travailler sa posture intérieure face à ses clients, collaborateurs ou patients.
- À toute personne curieuse de découvrir comment la psychologie et la physiologie du geste (et du mouvement) peuvent apprendre beaucoup sur l'expressivité silencieuse de ce que le corps énonce.

FRAIS D'INSCRIPTION

CHF 500.-

(repas et pauses compris)
pour les deux jours.

INSCRIPTION/ INFORMATIONS

Jean-Marie Fragnière
Cabinet coaching
jmfragniere@icloud.com
ou pour tout renseignement
076 506 79 70
www.coachingfragniere.ch

Yves Marc donnera son spectacle
« Ce corps qui parle »
le mercredi soir
3 octobre 2018 à 20h
au Théâtre du Pommier
à Neuchâtel
www.ccn-pommier.ch

Retrouvez le parcours de
Josette Lépine sur
www.moncoaching.net

Yves Marc sur
www.theatredumouvement.com
(cliquer sur Yves Marc)



Fragnière Jean-Marie
Psychologue FSP