

Profil

Après un début de carrière dans l'accompagnement et le management d'équipes commerciales, j'oriente ma carrière vers la formation pour adultes et le coaching, portée par l'envie d'accompagner et de faire évoluer les comportements favorisant le bien vivre ensemble, la coopération.

Compétences

Conception et animation de formations

- Elaborer la progression pédagogique d'une action de formation à partir d'une demande.
- Concevoir le scénario pédagogique, les activités d'apprentissage et les ressources pédagogiques d'une séquence de formation, selon les méthodes de pédagogie active
- Animer un temps de formation collectif en mixant les apports théoriques, l'expérimentation, le partage et la réflexivité.

Conception et facilitation théâtre forum et théâtre forum spontané

- Approche visant à faire réfléchir les individus et les collectifs sur la relation à soi, à l'autre et au système dans lequel chacun est « spect-acteur ». Le théâtre forum recherche l'équilibre. Il permet la décentration, l'anticipation, la créativité, l'introspection, l'empathie et l'intelligence collective.
- Exemples de thématiques : le management d'équipe, les risques psychosociaux, les adultes face aux incivilités, la sécurité au travail, la violence verbale...

Coaching professionnel

- Accompagner les individus et leur permettre de découvrir, mobiliser leurs ressources, de résoudre une problématique ou mener un projet à bien en produisant leurs propres solutions.
- Exemples de thématiques : Leadership, conflits, communication, prise de parole en public, stress, frontières pro/perso, émotions ...

Coaching improvisation théâtrale

- Accompagner les individus et les équipes, utiliser le jeu d'improvisation théâtrale pour favoriser la cohésion, développer la confiance et les compétences comportementales et relationnelles telles que : accepter et utiliser l'incertitude, développer sa créativité, innover, résoudre des problèmes, écouter et faire briller son partenaire, oser, développer l'attention à soi, à l'autre, à l'environnement, se concentrer, se décentrer ...

Coordonnées

- 06 71 40 23 68
- contact@alexandrachauvel.com
- 53 Boulevard Jules Verne 44300 Nantes
- www.alexandrachauvel.com

Parcours

Depuis 2005 : Formatrice et coach en développement personnel et relationnel

- Formatrice et coach indépendante accompagnant des individus et des équipes, au sein des entreprises et/ou dans un cadre privé, vers le développement et l'évolution de leurs compétences comportementales et relationnelles.
- Création en 2020 de l'association POP CORN théâtre forum

Depuis 2009 : comédienne de café-théâtre - professeure et coach de théâtre

- Entre 2009 et 2019 : Divers rôles interprétés au sein de la compagnie du café-théâtre à Nantes
- Depuis 2014 : Professeure de café-théâtre au sein de la Compagnie du café-théâtre à Nantes

2002-2005 : Maman solo en réorientation professionnelle

1998-2002 : Responsable animation réseau de franchise Espagne - Geneviève Lethu

- En charge de l'animation commerciale de 11 magasins franchisés et de la direction d'un magasin succursal (Madrid) dédiés à la vente d'objets moyen-haut de gamme, des arts de la table

1996-1998 : Directrice de magasins - Biche de Bere

Gestion et animation d'une équipe de 2 à 15 personnes dédiées à la vente de bijoux fantaisie haut de gamme

Formation

2021: DU coaching professionnel - pratiques de l'accompagnement professionnel - UCO Angers

2020 : Formation à la programmation neuro-linguistique - Technicien et praticien - École de la coopération Nantes

2018 -2019 : Formation à la conception et l'animation du théâtre forum, théâtre forum spontané et théâtre forum intérieur - INVOLVE Paris

2016 : Formation de formateur au Funny learning - Brigitte Boussouat co-auteure de "Funny Learning, former avec les neurosciences" Dunod

2016 : Formation de formateur gestion des conflits - ISFORM Paris

2015 : Formation de formateur prise de parole en public - Paris

2014 : Formation « Animer un atelier de théâtre dans un cadre socio-culturel » -

2005 : Titre RNCP de niveau III - Formatrice pour adultes - Ingénierie et animation pédagogique - IFRADE - UCO Nantes / Angers

1997 : BTS Action commerciale - ENACOM Nantes

