



Communication – Prise de parole en public par les techniques de théâtre

Formation professionnelle continue, DIF

● Objectifs

Se mettre en scène face à un auditoire, développer sa présence, la confiance en soi, intégrer les notions d'espace, de déplacements, de mises en scène d'une intervention publique, trouver l'énergie, l'harmonie des gestes et des mots, transformer son trac en moteur d'énergie.

A l'issue de ce stage vous aurez :

- Renforcé votre impact en public et en réunion
- Pris conscience de votre image devant un groupe
- Surmonté vos émotions
- Réussi à valoriser le fond d'un discours par la forme

● Public concerné

Toute personne souhaitant améliorer ses qualités d'orateur et gagner en aisance relationnelle

● Programme

Jour 1+2 : Initiation aux techniques de base du jeu de l'acteur

- Rappel des fondamentaux de la communication : communication verbale, communication non verbale
- Identifier les obstacles à l'expression orale, diagnostiquer les points forts et les points à améliorer
- Exploiter votre charme scénique par le corps, la gestuelle, le regard, la voix (débit, intonation, diction)
- Se préparer à prendre la parole : structurer clairement votre intervention
- Rester maître de vos émotions : techniques de respiration et bulle de confort
- Se mettre en scène pour capter et garder l'attention de votre auditoire : animer un exposé de manière attrayante et verrouiller votre discours avec une conclusion pertinente et persuasive
- Gagner en qualité de présence : développer votre charisme

- Maîtriser votre image : mettre en adéquation l'image projetée et l'image perçue par les autres
- Adopter une écoute active pour s'adapter au public : art du questionnement et de la reformulation
- Improviser dans une intervention et donner un message clair dans un temps imposé

Jour 3 : Appropriation de ces techniques pour améliorer vos qualités d'orateur

- Mettre en application les objectifs fixés lors de la mise en place d'un plan d'actions
- Travail d'un texte et préparer un exposé à l'oral (en position assise et en position debout)
- Organiser votre pensée : déterminer un objectif vis-à-vis de l'auditoire et le respecter
- Faire face à l'improvisation, aux questionnements et aux objections
- Gérer votre temps de parole
- Oser prendre du plaisir dans vos interventions

● Méthodes pédagogiques

La méthode d'intervention, innovante et ludique repose sur l'apprentissage rapide des techniques de théâtre transposables dans l'univers professionnel. Elle consiste en une alternance d'apports théoriques, d'exercices théâtraux individuels et en groupe, de jeux de rôles et d'improvisation et de débriefings personnalisés. Un support pédagogique sera remis à chaque participant.

● Modalités de la formation

Durée totale : 3 jours (21 h) **Formule** : intra ou inter au sein de Sully Formation **Effectif** : 8 à 10 participants maximum.

Renseignements et inscriptions :

Pierre-Yves ARRICELLI : 04 91 94 57 48 ou 44
06 14 57 59 84

Prix :

1 200 € TTC (organisme de formation
non soumis à TVA)

Mail : parricelli@sully-educ.fr