

Fiche pédagogique

« Mettez-vous en scène »

Prise de parole en public par les techniques théâtrales

Public

Toute personne souhaitant améliorer ses qualités d'orateur, gagner en aisance relationnelle et améliorer sa communication interpersonnelle en présentiel et en distanciel

Objectifs opérationnels

- Développer sa présence, la confiance en soi
- S'adapter aux situations inattendues et positiver
- Savoir se recentrer et rebondir face à l'imprévu
- Intégrer les notions d'espace, de déplacements, de mises en scène d'une intervention publique
- Trouver l'énergie, l'harmonie des gestes, des mots, et travailler la voix
- Transformer son trac en moteur d'énergie

A l'issue de ce stage le participant aura :

- Renforcé son impact en public
- Maîtrisé ses techniques de communication
- Pris conscience de son image devant un groupe et en face à face
- Surmonté ses émotions
- Réussi à valoriser le fond d'un discours par la forme

Prérequis

Cette formation ne nécessite pas de prérequis

Méthodes et moyens pédagogiques / Ressources

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 et test (à réaliser pendant la formation et analysés avec la formatrice le 2eme jour)
- D'exercices théâtraux individuels et en groupe, de jeux de rôles pédagogiques avec scénario pour des Mises en situations réelles et d'improvisation
- De débriefings personnalisés après chaque exercice
- Les jeux de rôles seront filmés et analysés avec l'ensemble des participants
- Les outils utilisés seront : Écoute active, P.N.L. (programmation neurolinguistique), A.T (analyse transactionnelle) et Techniques issues du jeu de l'acteur.
- Matériels fournis : Un support pédagogique sera remis à chaque participant.
Les films de prestations filmées seront remis aux participants par we Transfer après la formation
- Matériels utilisés : Vidéoprojecteur, caméra, ordinateur

Méthodes d'évaluations

- Entretien téléphonique avant la formation et recueil des attentes par écrit
- Evaluation au début de la formation, à mi-parcours (orale) et en fin de formation à chaud (oral, écrit)
- Suivi de la formatrice après évaluation à 3 /6 mois

Programme de formation

► **Jour 1** : Initiation aux techniques de base du jeu de l'acteur

- Rappel des fondamentaux de la communication : communication verbale, non verbale et para verbale
- Identifier les obstacles à l'expression orale, diagnostiquer les points forts et les points à améliorer
- Exploiter son charme scénique par le corps, la gestuelle, le regard, la voix, l'intonation en présentiel et en distanciel
- Rester maître de ses émotions : techniques de respiration, bulle de confort, expression et apprivoisement
- Se mettre en scène pour capter et garder l'attention de son auditoire : animer un exposé de manière attrayante et verrouiller son discours avec une conclusion pertinente et persuasive
- Maîtriser son 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 2** : Appropriation de ces techniques pour améliorer son aisance et ses qualités d'orateur

- Préparer une intervention à l'oral (avec support si besoin)
- Communiquer avec assertivité : comment réagir face à la fuite, l'attaque, la manipulation
- Organiser sa pensée : déterminer un objectif de communication (pour qui, pour quoi) et le respecter
- Acquérir des techniques d'improvisations théâtrales transposables à l'entreprise
- Faire face aux questionnements, aux objections, aux critiques par des outils appropriés
- Gérer son temps de parole et oser prendre du plaisir dans ses interventions

Modalités de la formation

Durée totale : 2 jours intensifs consécutifs (14 heures) / **Effectif** : mini 6 maxi 8 / **Formation Inter ou intra entreprise**

Lieu : Théâtre (5eme Marseille) / **Date** : A définir / **Délai d'accès** : 15 jours avant le début de la session (contact écrit avec les modalités pratiques et le recueil des attentes) / **Accessibilité pour des personnes en situation d'handicap** Si votre situation nécessite des aménagements particuliers, contactez-nous / **Cout** : Selon formule **Formatrice** : Nathalie POMA

☎ 06 60 76 68 14 ✉ n.poma@scene-expressions.fr

Siret : 512 650 706 00033/ www.scene-expressions.fr / Organisme référencé Datadock

2023