

# FICHE PÉDAGOGIQUE : 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.

## MÉTHODES D'ÉVALUATIONS

- Entretien téléphonique avant la formation et recueil des attentes par écrit.
- Évaluation 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.

## 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.

## 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 2ème 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.

## MODALITÉS DE LA FORMATION

**Durée** : 2 jours (14 heures) / **Effectif** : 6 à 8 participants

**Formule inter ou intra entreprise** : Prise en charge par votre OPCO ou dans le cadre de votre plan de développement des compétences / **Coût** : Selon formule **Lieu** : Théâtre Divadlo ou dans vos locaux professionnels / **Délai d'accès** : 15 jours avant le début de la session **Accessibilité** pour des personnes en situation de handicap. Si votre situation nécessite des aménagements particuliers, contactez-nous **Formatrice** : Nathalie POMA / 06 60 76 68 14 / [n.poma@scene-expressions.fr](mailto:n.poma@scene-expressions.fr) / **Organisme certifié Qualiopi**.