



Théâtre Moderne et nos acteurs au service de votre communication

PRENDRE LA PAROLE EN PUBLIC

Avec les techniques d'acteur et de clown

Une prise de parole n'est pas un monologue

PUBLIC

Toute personne amenée à prendre la parole devant un public large ou restreint

OBJECTIFS

- Avoir une meilleure maîtrise de soi : gestion de ses émotions et de son stress
- Professionnaliser ses échanges en utilisant la communication verbale et non verbale
- Améliorer la cohérence de son discours en s'adaptant à ses interlocuteurs
- Captiver et convaincre son auditoire
- Etre apte à improviser et à répondre aux objections
- S'exprimer avec aisance pour faire valoir ses idées et créer l'adhésion de son public
- Développer la confiance en soi
- Mieux interagir avec le public

METHODE

- Une méthode **interactive** : les stagiaires sont acteurs de leur formation
- Une méthode **pédagogique** : alternance entre les jeux de rôle, les exercices, les évaluations et la théorie
- Une approche personnalisée : les objectifs professionnels de chacun sont pris en considération
- Innovation : **le clown de théâtre comme outil de travail**
- Une analyse à partir des vidéos tournées pendant la formation
- Utilisation des **techniques d'acteur pour perfectionner sa communication**



PROGRAMME

➤ Préparation de l'intervention orale

Prendre de conscience de ses potentialités de communicant
Structurer son discours : déterminer l'objectif et le message essentiels
Utilisation des 8 règles d'or pour une prise de parole en public efficace et pour réussir à impliquer son auditoire
Prendre en compte les attentes de son public dans un contexte déterminé

➤ Etre en phase avec son public

La concentration : les techniques pour lutter contre le tract
Présentation et affirmation de soi
Contrôler sa respiration, le ton et l'intonation de sa voix
Travailler sur ses gestes, son regard, sa posture pour affirmer sa présence
Tenir compte de son public en dialoguant avec lui
Exprimer ses ressentis, ses émotions positives

➤ Mise en situation réelle

Le rapport à l'espace : entrée et sortie de scène, accueil des interlocuteurs
Comment s'adresser aux différents publics : surprendre et soutenir l'attention de son auditoire
Développer son écoute et observer les réactions de son auditoire
Entretien / Interview avec un journaliste
Conclusion pertinente et originale de son discours

EXERCICES SPECIFIQUES **inspirés du théâtre et du clown**

Echauffement : *respiration, relaxation*

Expression corporelle : *gestuelle, regard, présence*

Expression verbale : *contrôle de la voix*

Créativité et émotions : *l'imaginaire, les ressentis*

Improvisations : *écoute, réactivité, adaptabilité*

Un message est transmis à 55% par le langage corporel : la gestuelle, les expressions du visage... Le ton de la voix, intervient pour 38% tandis que les mots ne comptent que pour 7%.

ORGANISATION DE LA FORMATION

2 à 3 jours avec un intervenant
(idéalement 6 max/ groupe)

Lieu : à votre convenance (intra, théâtre ou centre de formation)