

# PRENDRE LA PAROLE EN PUBLIC, GAGNER EN AISANCE AVEC LES TECHNIQUES THEATRALES – APPROFONDISSEMENT

## PROGRAMME DE LA FORMATION

2 jours



9h30 – 17h00  
IRA de Nantes



Julie BENZONI  
Cristalis Conseil



### OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

- ✓ Revoir les notions théoriques sur le schéma de la communication, la construction du discours.
- ✓ Aller au-delà de nos émotions pour leur trouver leur juste place et les mettre au service du message.
- ✓ Adapter son discours et oser faire face à la contradiction
- ✓ Gagner en charisme



### PUBLICS

- ✓ Tout agent en situation de devoir s'exprimer en interne et/ou en externe **ayant déjà suivi une formation sur la prise de parole**



### PREREQUIS

- ✓ Avoir déjà suivi une formation Prise de parole en public



### METHODES PEDAGOGIQUES

Pédagogie participative s'appuyant sur l'expérience et la coopération des participants à partir :

- ✓ Apports théoriques fondamentaux
- ✓ Ateliers pratiques en sous-groupes individuels, collectif
- ✓ Mises en situations basées sur des situations professionnelles des participants ou des interventions du formateur

## Quelles plus-values avec le module 1 – Les bases de la prise de parole en public ?

- Les participants arrivent en formation avec certes les bases théoriques mais aussi la nécessité de mettre en application. En travaillant sur des cas concrets passés, nous pouvons identifier les axes forts pour les valider et revenir sur des notions qui ne sont pas encore intégrées pour comprendre ce qui a freiné leur appropriation.
- Le travail du rythme, de la musicalité, du débit de la voix pour gagner en impact lors des communications orales.
- Se connaître mieux pour lever des freins et gagner en confiance en soi, ce qui aura un impact sur la prise de position dans la parole et face à la contradiction.
- Des exercices plus poussés pour expérimenter et vivre la parole pleinement !

## S'entraîner

Chaque participant s'entraîne à plusieurs reprises. D'abord dans les prises de parole guidées en petits groupes puis progressivement face au groupe entier.

Chaque mise en situation permet au participant de s'emparer de la notion théorique pour la faire sienne.

Les techniques théâtrales viennent en support pour permettre une prise de conscience, faciliter des progrès.

Les mises en situations sont puisées dans les exemples professionnels des participants mais aussi, sous l'impulsion de la formatrice, dans des univers complètement extérieurs pour expérimenter et se nourrir en dehors de la sphère du quotidien professionnel.