

# Développer son aisance en public avec les techniques théâtrales

Efficacité Relationnelle

Ref. THEA  2 jours

## Objectifs

- Développer sa présence en scène
- Maîtriser le stress lié à l'enjeu de l'intervention
- Marquer les esprits et faciliter la transmission du message
- Développer sa capacité d'improvisation en réponse aux questions du public
- S'adapter aux situations délicates en intervention



## Pédagogie

- Débriefings verbaux et vidéo des entraînements lorsqu'ils sont filmés
- Prise de parole à l'aide d'un micro HF
- Exercices pratiques propres à l'univers du théâtre
- Apports théoriques et méthodologiques



## Pré-requis

Etre déjà intervenu occasionnellement face à un auditoire important.



## Public concerné

Collaborateurs et managers susceptibles d'intervenir en convention, en conférence ou en présence d'auditoires composés de 50 personnes ou plus.



## Préparation

Un questionnaire d'auto évaluation et de recueil des attentes est envoyé à chaque participant 15 jours avant la formation. Venir en stage avec une clé USB comportant des diaporamas exploités en intervention ou pour une intervention à venir.



## Et ensuite...

### Suivi en situation :

Suivi sous forme de coaching d'une répétition avant intervention

2 heures de coaching personnalisé dans les 3 mois suivant le stage

Tarif : 500 € HT



## Programme

### Développer sa présence en scène

- La voix de DIVAS (Débit, Intonations, Volume, Articulation, Souffle)
- Le langage non verbal (Mimiques, gestuelle, déplacements, regard)
- L'expression d'un ressenti (Le carré des émotions : Joie, tristesse, colère, peur)

### Maîtriser le stress lié à l'enjeu de l'intervention

- Le stress, un moteur nécessaire ! (Comment le canaliser ?)
- La respiration avant et pendant l'intervention
- Les 3 clés de la réussite (Préparation, répétition, respiration)
- Les mécanismes de projection (Comment visualiser sa réussite ?)

### Transmettre efficacement son message

- La fixation de l'objectif (Informer, convaincre, faire agir)
- L'esprit de synthèse en prise de parole
- La maîtrise des silences en scène
- L'intervention à l'appui d'un diaporama
- L'utilisation des outils de l'intervenant (le micro HF, le pupitre)

### Toucher son public

- L'identification du public (Identité, valeurs, motivations)
- L'adaptation de son langage au public
- Comment marquer les esprits ? (L'analogie, la métaphore, l'anecdote, le vécu, l'exemple...)
- L'humour en scène (Préparé versus improvisé)

### Interagir avec son public

- La gestion des questions du public
- La gestion de l'opposant
- Les clés de l'improvisation en réponse aux questions inattendues

### S'adapter aux circonstances délicates de l'intervention

- Les aléas de la co-intervention
- La gestion du temps...