

Mettez-vous en scène :

Perfectionnez votre expression orale

« Le monde est un plateau de théâtre »

Shakespeare

Tous les jours, vous communiquez avec les autres : vos collègues, vos amis, vos proches... Mais, respectez-vous bien les règles et techniques de la communication orale ? Réussissez-vous toujours à exprimer convenablement vos ressentis ? Savez-vous capter l'attention de votre auditoire ? Maîtrisez-vous le temps imparti pour vos échanges ? Adoptez vous le bon comportement au bon moment ?

Grâce à cette formation axée sur les techniques de l'art dramatique, adaptée aux enjeux d'entreprise et sous la conduite d'un comédien ancien ingénieur agronome, vous prendrez conscience de votre image et de l'effet produit, vous développerez votre potentiel d'expression corporelle, votre capacité d'écoute et votre confiance en vous, vous communiquerez vos émotions à bon escient et vous apprendrez à être cré-actif et à improviser.

Etes vous prêt à monter sur scène ?

Programme de la formation

1. Identifier les composantes verbales et non verbales dans la communication

- Le langage corporel et gestuel
- Le comportement dans les processus de communication
- La présence physique
- L'expression vocale : volume, tonalité, débit
- La respiration

2. Organiser son discours

- Construire la trame de son discours
- Savoir mener une argumentation

3. Adapter son comportement à ses objectifs de communication et prendre conscience de son image

- Intention et effet
- Image institutionnelle / image personnelle
- Objectifs et stratégie d'une présentation

4. Interpréter et gérer ses émotions

- Utiliser l'émotion à bon escient
- La gestion du stress
- Utiliser sa mémoire émotionnelle
- Développer son attention à soi et aux autres
- Observer et écouter

5. Réagir face à des situations inattendues et improviser

- Répondre aux questions ou aux objections
- Faire face à des opposants
- Improviser

Informations pratiques :

Durée : 2 jours soit 14 heures

Lieu :

Dates :

Nombre de stagiaires : 8