

LA PRISE DE PAROLE EN PUBLIC, EN RÉUNION, EN GROUPE

DURÉE :
2 jours
(14 heures)

■ OBJECTIFS

Savoir se positionner, transmettre par oral un message et convaincre un auditoire avec le maximum d'aisance et d'efficacité.

Prendre conscience de la façon dont on s'exprime et des difficultés que l'on a à se faire comprendre et trouver des solutions pour y remédier.

S'entraîner et pratiquer la prise de parole en réunion, en public, en groupe sous forme de training.

■ **PRÉREQUIS** : Pas de prérequis pour cette formation

■ **PUBLIC** : Toute personne désireuse d'améliorer sa prise de parole devant un auditoire

Programme

Dynamisation du groupe

La dynamisation a pour but de rassembler l'énergie collective d'un groupe autour de propositions qui nécessitent de l'attention, de la concentration et de l'échange d'énergie. Dynamiser un groupe veut dire également prendre possession de son espace de jeu en le remplissant d'échanges dans le rire, dans le « je » et le jeu, tout en restant concentré :

- Écouter (l'autre et soi)
- S'adapter à une proposition (capacité d'adaptation)
- Anticiper (voir plus loin, imaginer)

Expression des émotions

L'expression corporelle pour transformer son corps en un instrument créatif par lequel passeront toutes les émotions. Travailler telle ou telle partie du corps pour servir telle ou telle émotion :

- Repérer ses émotions
- Exprimer ses émotions
- Faire passer ses émotions

Le jeu théâtral

Le théâtre est un outil de développement personnel. Il aide à lever certaines inhibitions, il optimise la créativité, il atténue le stress de la vie quotidienne, il favorise le lien avec soi et avec les autres :

- Improvisation
- Situation réaliste
- Situation irréaliste

Connaissance de soi

Ici, la connaissance de soi n'est pas de savoir qui on est, mais d'accepter l'idée que nous sommes en perpétuel mouvement, il s'agit surtout de savoir ou reconnaître les rapports et les espaces relationnels que nous lions avec notre environnement et avec les autres :

- Quelle place ai-je dans le groupe ?
- Parfois dominant, parfois dominé ?

Selon la méthode Augusto Boal : tous Spect-Acteurs

- Augusto Boal, qui est cet inventeur du théâtre de l'opprimé ?
- Quelle est sa méthode ?
- Comment ça marche auprès du public ?
- Mise en situation de sa méthode par des jeux de rôles

Exemple de situation réaliste : « Un patient en psychiatrie se cogne fortement la tête contre les murs. Comment allez-vous réagir ? »

À savoir : Les participants sont à la fois spectateurs et acteurs. Si un spectateur n'est pas d'accord avec la proposition d'aide qui est jouée, il y a « un arrêt sur image », puis il prend la place de l'acteur. Le jeu théâtral est terminé quand le groupe pense avoir trouvé la bonne solution d'aide envers le patient.

Bibliographie autour du théâtre



Faire de l'Emploi notre Label

Modalités et délais d'accès :

Inter : Limoges

Lorsque le nombre minimum de participants, soit 5 personnes est atteint, la formation peut alors débuter dans les trois semaines suivantes.

Intra : Dans vos locaux

Calendrier fixé avec le client

Dossier d'inscription à réaliser auprès de nos services

Coût de la formation

Inter : 205 € Nets / Jour / Personne

Intra : 900 € Nets / Jour / Groupe (maximum 12 personnes)

Financement

Vous êtes salarié ou agent public vous pouvez demander une prise en charge financière à votre employeur dans le cadre du **Plan de Développement des Compétences** de votre entreprise / établissement

Accessibilité

Nos locaux sur nos différents sites sont accessibles aux personnes à mobilité réduite

Si besoin, adaptation du contenu et des moyens en terme d'accessibilité.

- **INTERVENANT** : Formateur - Expert
- **ÉVALUATION** : Une évaluation des acquis sera réalisée par le formateur à l'issue de la formation
- Questionnaire de satisfaction
- Délivrance d'une attestation de formation

■ MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

Les apports théoriques et les échanges se succéderont tout au long de la formation avec des contenus théoriques mais aussi des situations vécues par l'intervenant ou les participants. Remise d'un support de cours par personne.