

# GAGNER EN ASSURANCE AVEC LES TECHNIQUES DU THÉÂTRE

CE84

3 jours (21h) 1 950,00 €<sup>HT</sup>

## Objectifs

Apprivoiser et s'approprier les outils du travail de l'acteur • Développer son aisance • Se mettre en scène et développer son charisme  
• Improviser et développer son sens de la répartie

## Profil Stagiaire(s)

Cette formation en expression s'adresse aux personnes ayant à prendre la parole devant un public

## Pré-requis

Cette formation ne nécessite aucun pré-requis

## Profil animateur(s)

Cette formation est animée par un comédien, metteur en scène



## Contactez-nous

Conseiller formation  
09 88 66 10 00  
inscriptions@demos.fr

## PROGRAMME

### Se mettre dans la peau du personnage

Être le metteur en scène de son intervention

Gérer l'espace lors de ses interventions en public

Exercice : développer sa perception de l'espace avec notamment le travail du chœur antique

### Prendre en compte son auditoire

Étudier son public

Adapter son discours au public

Être à l'écoute des réactions de ses interlocuteurs

Comprendre le comportement d'un groupe

Faire vivre son message et gérer l'émotion

Exercices : prise de parole en interaction avec le public

### Savoir improviser

Se faire confiance dans ses ressources créatives

Oser prendre le risque de se tromper

Savoir transformer tout ce qui se présente pour en faire un succès

Développer son charisme

Transformer son trac en facteur positif

Savoir mobiliser rapidement ses facultés et se concentrer

Développer la confiance en soi et la transmettre à son auditoire

Exercices : improvisation orale et gestuelle

### Développer son argumentation et sa répartie

Avoir l'à-propos nécessaire et le sens de la réplique

Savoir rebondir

S'entraîner à mobiliser ses ressources argumentatives pour être impactant

Exercices : défendre un point de vue dissocié du sien ; « duels » entre stagiaires pour convaincre une personne de suivre son avis

### Maîtriser les atouts de sa voix

Les principales caractéristiques de la voix : timbre, intonation, débit, diction

Identifier les caractéristiques de sa voix

Entendre et s'entendre parler

Savoir utiliser un micro

Découvrir l'intérêt de la diction et la travailler efficacement

Mettre en place les techniques de respiration

# GAGNER EN ASSURANCE AVEC LES TECHNIQUES DU THÉÂTRE

CE84 3 jours (21h) 1 950,00 €<sup>HT</sup>

Exercices respiratoires et vocaux pour optimiser le ton, la diction, l'articulation

## S'appuyer sur la gestuelle

La relation psycho-physique entre le corps et le mental

Quels mouvements pour quels objectifs

Exercices en duos pour dissocier paroles et gestes ; relais de récits d'histoires entre les participants

## Compléter la formation avec les modules e-learning :

- répondre au trac par des moyens physiques
- répondre au trac avec la tête

## Méthodes pédagogiques & Evaluation

Cette formation en communication expression est ponctuée d'exercices individuels et collectifs issus du travail de l'acteur et de techniques de communication verbale et non-verbale.

Transmission d'outils concrets adaptés à la problématique de chacun des participants.

Les formations "à distance" sont réalisées avec un outil de visioconférence de type Teams ou Zoom selon les cas, permettant au formateur d'adapter sa pédagogie.

## Suivi & Evaluation

Pour assurer un suivi individuel, Demos a mis en place 2 types d'évaluation :

Une évaluation de compétences en ligne en début et en fin de formation qui peut prendre différentes formes selon le contenu de la formation suivie : Tests d'évaluation des acquis, cas pratiques, mises en situation, soutenance devant un jury pour les formations à finalité certifiante.

Une évaluation de la satisfaction de chaque stagiaire est réalisée en ligne. Cette évaluation est complétée par l'appréciation du formateur à l'issue de chaque session.

## Ressources pédagogiques

Support de formation, exercices...

## Moyens techniques

Nos centres de formation DEMOS, accessibles aux personnes à mobilité réduite, sont tous équipés :

- Salles de formation lumineuses, spacieuses, design, ergonomiques, mobiles et équipées d'écrans plasma, de PC portables/fixes si nécessaire à la formation suivie
- Accès au wifi haut débit sur l'ensemble des lieux
- Espace de colearning et webcorners
- Cafés, collations et rafraîchissement sont offerts

Les sessions "A distance" sont réalisées avec l'outil de visioconférence Teams, permettant au formateur d'adapter sa pédagogie.

## En complément

### Après cette formation vous pourrez suivre :

- Bien communiquer pour mieux faire passer ses messages
- Improviser avec brio : entraînement intensif