

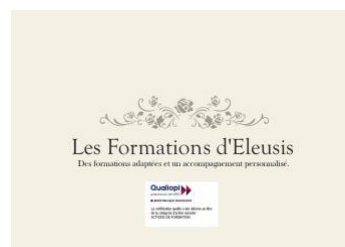
# Les formations d'Eleusis

11 les Plaines.

84220 Murs

Email : lesformationsdeleusis@gmail.com

Tel : 0432502825



## TECHNIQUES DE L'ACTEUR ET PRISE DE PAROLE EN PUBLIC

**Durée :** 7 heures

**Tarif :** 450 euros par personne

**Lieu :** Hôtel Golden Tulip Marseille Euromed, Déjeuner offert sur place, Parking à proximité.

**Date :** Plusieurs sessions prévues dès septembre 2022, renseignements soit par téléphone au 04/32/50/28/25 soit par mail : lesformationsdeleusis@gmail.com

### Profils des stagiaires

Tous les salariés et dirigeants souhaitant maîtriser la prise de parole en public.

Formation inter entreprise

6 stagiaires minimum 10 stagiaires maximum

### Prérequis

Aucun

**Cette formation dispensée par une comédienne confirmée, offre à toute personne la possibilité d'utiliser les techniques de l'acteur afin d'oser et de se dépasser, dans une ambiance conviviale et chaleureuse. Apprendre à gérer son trac et améliorer son expression orale et corporelle.**

**Le stagiaire sera « actif » de son apprentissage, le but étant qu'il construise la « boîte à outils » qui lui est propre afin de l'utiliser dans sa vie professionnelle.**

### Objectifs pédagogiques

- Utiliser les outils et techniques de l'expression orale
- Gérer le trac et prendre confiance en soi
- Accrocher et susciter l'écoute
- Savoir adapter son discours à son public
- S'exprimer en prise de parole improvisée
- S'exprimer en prise de parole préparée

### Contenu de la formation

**Les fondamentaux de la communication** (dans un contexte d'exposition en prise de parole en public)

- Introduction à la prise de parole en public
- Émetteur, récepteur et distorsion des messages

Les formations d'Éleusis | 11 les Plaines Murs 84220 | Numéro SIRET : 88175714000010 | Numéro de déclaration d'activité : 93840421384 (auprès du préfet de région de : Provence Alpes Côte d'Azur)

- Intégrer le contexte au cours duquel on intervient
- Approche rationnelle et affects, comment transposer

#### **La préparation de message**

- Identifier le cœur du message
- Analyse et interprétation de son auditoire

#### **Les techniques de l'acteur**

- Gestuelle, donner une bonne image de soi
- Poser la voix, le souffle, articuler, les mots, le débit des mots
- Maîtriser ses gestes et attitudes
- Verbal et non verbal

#### **Les techniques de gestion du stress**

- Définition du stress : stress positif et négatif
- Symptômes de stress : réactions adaptatives
- Situations génératrices de stress
- Stratégies adaptées et techniques efficaces pour faire face au stress

#### **Autoscopie**

- Exercices filmés
- Analyse des séquences
- Interprétation des séquences
- Mise en œuvre des techniques de l'acteur

#### **Instaurer une relation positive avec son auditoire**

- Évaluer les attentes du public
- Susciter l'intérêt de son auditoire
- Motiver son auditoire
- Maintien de l'intérêt et de l'attention de public
- Jeux de rôles

#### **Faire face au public**

- L'écoute
- Le regard
- Gestion des imprévus
- Affronter les situations difficiles
- Gérer l'agressivité d'un participant

### **Organisation de la formation**

#### **Équipe pédagogique**

Diane Robert, comédienne et formatrice, assistée d'une directrice de casting.

#### **Moyens pédagogiques et techniques**

Les formations d'Éleusis | 11 les Plaines Murs 84220 | Numéro SIRET : 88175714000010 | Numéro de déclaration d'activité : 93840421384 (auprès du préfet de région de : Provence alpes côte d'azur)

- Vidéoprojecteur
- Caméra
- Mises en situation filmées
- Analyses et interprétation des séquences
- Jeux de rôle
- Exercices individuels et en sous-groupes
- Mise en application
- Quizz

**Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation**

- Feuilles de présence.
- Questions orales ou écrites (QCM).
- Formulaire d'évaluation de la formation.