

Communiquer sereinement grâce aux techniques théâtrales

Public

Toute personne souhaitant s'affirmer dans sa façon de communiquer avec les autres

Prérequis

Aucun

Durée

2 jours consécutifs, soit 14 heures

Dates et lieu

30-31 mai 2023 à Niort – **Date limite d'inscription** : 2 mai 2023

Nombre de stagiaires

4 personnes minimum et 12 personnes maximum

Coût pédagogique

740 € nets de taxes par personne

Intervenant



Stéphane HERVE

Objectifs pédagogiques

Améliorer son style et sa façon de communiquer, principalement dans des situations stressantes
Développer son potentiel et sa capacité d'affirmation non agressive face aux autres
Développer sa capacité à rebondir, son sens de la répartie, argumenter efficacement, gérer la contradiction de façon constructive

Méthodes pédagogiques

Exercices et jeux théâtraux à partir des attentes et besoins des participants
Improvisations et mises en situations professionnelles

Modalités d'évaluation

Mises en situations professionnelles en deuxième journée, évaluées grâce à une grille d'évaluation de la communication orale et la capacité à rebondir, argumenter, convaincre.
Bilan oral et questionnaire de satisfaction à l'issue de la formation
Attestation de formation individuelle délivrée après la formation

Communiquer sereinement grâce aux techniques théâtrales

Contenu

- ✓ Diagnostiquer son propre mode d'expression
 - Prendre conscience de sa singularité et de ses atouts
 - Repérer et évaluer son propre mode d'expression
 - Mieux maîtriser les composantes de sa communication (verbale et non verbale)
- ✓ Apprivoiser le trac
 - Savoir se relâcher : respirer, prendre en compte son ressenti et celui des autres
 - Dédramatiser l'enjeu de la prise de parole et gérer ses émotions
 - Affirmer sa présence
 - Affiner son écoute, sa concentration, sa disponibilité
- ✓ Réussir à exprimer ses idées
 - Être clair dans la structure de son exposé
 - Rendre "lisible" son propos
 - Donner du corps à son langage !
 - Réussir des exposés persuasifs, des prises de parole convaincantes
- ✓ Optimiser son impact personnel
 - Créer du lien, de l'empathie, un climat de confiance
 - Pratiquer le renforcement positif, la reformulation
 - Être capable d'écouter et de se faire entendre
 - Défendre sa position en renforçant ses liens avec autrui
 - Émettre et/ou recevoir une critique

Indicateurs de résultats

6 groupes depuis 2012 – 27 personnes formées
100% des stagiaires sont satisfaits de la formation