



## Théâtre Moderne et nos acteurs au service de votre communication

# PRENDRE LA PAROLE EN PUBLIC

*Avec les techniques d'acteur*

*Niveau 2 : Perfectionnement de l'efficacité de son discours à fort enjeu*

« Une prise de parole n'est pas un monologue »

### PUBLIC

Toute personne amenée à perfectionner une prise de parole efficace

#### OBJECTIFS

- Avoir un discours efficace
- **Prendre la parole sans notes**
- Convaincre avec le corps et sa voix
- **Communiquer avec 100% de ses auditeurs**
- Savoir gérer les réactions et objections de son public et des perturbateurs
- **Clarifier son discours et inviter à l'action ou à la participation**
- Etre apte à improviser tout en respectant les règles d'or

#### METHODE et OUTILS

- Une méthode **pédagogique interactive et ludique** : alternance entre les jeux de rôle, les exercices, les évaluations et la théorie
- Les situations professionnelles sont jouées avec le comédien comme partenaire de jeu
- **Une approche personnalisée : les objectifs professionnels de chacun sont pris en considération**
- Utilisation des **techniques d'acteur** \* pour perfectionner sa communication
- Une **analyse à partir des vidéos** tournées pendant la formation pour comprendre les mécanismes de blocage
- La Communication non-violente, l'Ecoute Active, outils de Bono, l'Analyse Transactionnelle
- Innovation : **les outils du clown de théâtre comme l'interaction et l'expression des émotions**



# PROGRAMME

## ➤ Préparation de l'intervention orale

- Structurer son discours : faire retenir votre message essentiel
- Approfondir les 8 règles d'or pour une prise de parole en public efficace et pour réussir à impliquer son auditoire
- Répondre aux besoins et attentes de son public dans un contexte déterminé
- Les spécificités des supports visuels

## ➤ Etre en phase avec son public

- Gérer son stress dans des situations complexes
- Savoir changer sa voix, le débit de paroles et le rythme du discours en fonction de l'objectif donné
- Préciser sa gestuelle en congruence avec et au service de son discours
- Tenir compte de son public en l'interrogeant
- Utiliser ses ressentis, ses émotions pour colorer son intervention

## ➤ Mise en situation réelle

- Impressionner et savoir laisser le bon message et la bonne impression à ses interlocuteurs
- Réagir d'une manière adéquate aux réactions diverses de son auditoire
- Discours pendant une interview, réunion ou conférence face à des interlocuteurs et aux médias

**\*EXERCICES SPECIFIQUES**  
**inspirés des techniques d'acteurs et**  
**du clown**

*Echauffement : respiration, relaxation*

*Expression corporelle : gestuelle, regard et charisme*

*Expression verbale : intonations et contrôle de la voix*

*Créativité et émotions : expression des ressentis, sentiments, et de son imaginaire*

*Improvisations : écoute, réactivité, adaptabilité*

*« La communication passe à 93% par le non verbal. Un message est transmis à 55% par le langage corporel, 38% par l'intonation de la voix et 7% par les mots. »*

**Albert Méhrabian**

## ORGANISATION DE LA FORMATION

1 à 3 jours avec un intervenant  
(idéalement 6 à 8 stagiaires max/ formateur)  
Lieu : à votre convenance (intra, théâtre ou centre de formation)

**THEATRE MODERNE – 12 rue des Carrières d'Amérique – 75019 PARIS**

Istvan VAN HEUVERZWYN, responsable des formations – **TEL : 01 42 45 63 11 / 06 82 35 79 69**

Email : [theatremoderne@yahoo.fr](mailto:theatremoderne@yahoo.fr) / site : [www.theatremoderne.com](http://www.theatremoderne.com)