

PRISE DE PAROLE EN PUBLIC NIVEAU 2

OSER SE METTRE EN SCÈNE

PROGRAMME DE LA FORMATION

Se mettre en scène en tant qu'orateur

- > Exploiter les techniques des acteurs pour être soi-même
- > Utiliser son corps
 - jeu des mains
 - expressions du visage
 - sourire
 - travail sur les postures
 - engagement physique
 - appréhender l'espace de jeu

Jeux de masques et prise d'espace : être plus à l'aise dans son corps

- > Poser sa voix
 - gestion de la respiration
 - analyse du spectre vocal : étendue, tessiture et intensité
 - articulation, attaques, silences
 - débit, rythme et finales

Exercices pratiques sur la voix et l'écoute

Être convaincant au-delà de son discours

- > S'appuyer sur son énergie
- > Stimuler l'imagination et oser réagir
- > Renforcer sa capacité de persuasion
- > Mettre en action ses talents

Extraits de scènes de théâtre pour travailler son "personnage"

Gérer ses émotions

- > Identifier ses émotions et s'en faire des amies
- > Être à l'aise dans le silence
- > Comprendre le sens de ses gestes
- > Gérer sa voix et sa respiration
- > Développer son sens de l'écoute

Exercices issus des techniques théâtrales

LES PLUS DE CETTE FORMATION :

- Un entraînement pratique et ludique, alternant situations et exercices de prise de parole, et mettant les participants en situation d'acteurs
- Des exercices et extraits de scènes de théâtre pour travailler son "personnage" et la mise en scène de sa présentation
- La mesure de sa propre progression et l'élaboration d'un plan de progrès individualisé



DURÉE 3 jours



OBJECTIFS

- Maîtriser les trois leviers d'une intervention orale réussie : la voix, le corps et l'imagination.
- Convaincre son public, avoir une vraie présence au-delà du discours.
- Se servir de ses émotions pour mieux gérer son stress.
- Oser se mettre en scène.



VOUS ÊTES

Responsables, collaborateurs face à un auditoire (réunion, conférence, salon, présentation...) et souhaitant renforcer leurs qualités d'orateur

Prérequis :

Avoir suivi la formation "Prise de parole en public - Niveau 1" proposée par GERESO ou une autre formation sur ce thème



LIEU ET DATES

Paris Montparnasse
14 au 16 mai 2012
5 au 7 novembre 2012

PRIX 1 698 € H.T. - Réf : 09PAR2

Validité 30/06/2012. Inclus : support, e-ressources et évaluation **forMetris**
les mesures de la formation

Pour aller plus loin, choisissez le Module Expert

PRISE DE PAROLE EN PUBLIC

- Prise de parole en public - Niveau 1
- Prise de parole en public - Niveau 2

DURÉE : 3 + 3 jours

CODE : PARO+PAR2

PRIX : 3 396 € H.T. > 2 890 € H.T.

INSCRIPTIONS ET INFORMATIONS : Marie-Laure VOUILLE

Tél : 02 43 23 09 09 - Fax : 02 43 23 77 07 - formation@gereso.fr

CETTE FORMATION EN INTRA - Tél. : 02 43 23 59 89 - intra@gereso.fr



GERESO
FORMATION