

### 24H00 pour booster votre impact à l'oral – Niveau 1 Les techniques d'acteur au service de vos prises de parole

#### Objectifs

- Découvrir et révéler son potentiel d'orateur et de conviction
- S'approprier les outils du comédien pour renforcer son aisance, son impact et son plaisir lors de ses interventions en public.

#### Programme sur 24H00 (14H00 1<sup>er</sup> jour/14H00 lendemain)

##### Training 1 : Autodiagnostic sur 6 axes

- Grâce à un questionnaire individuel et une prestation orale chacun fait un autodiagnostic sur 6 axes-clés
- S'approprier la méthodologie : objectifs, plan, messages –clés, ...

##### Training 2 : Capter et maintenir l'attention de l'auditoire

- Comment capter tout de suite l'intérêt de l'auditoire ?
- Découvrir les « trucs » pour maintenir et relancer l'attention

##### Training 3 : Poser sa voix, varier l'intonation

- Travail de textes pour poser sa voix
- Diction, intonation, rupture de rythme... pour augmenter l'impact

##### Training 4 : S'appuyer sur une gestuelle naturelle

- Libérer les gestes, savoir les synchroniser avec son propos
- Oser les déplacements, la mobilité physique au service de son message

##### Training 5 : Réinvestir ses atouts scéniques dans ses interventions professionnelles

- Découvrir sa nature d'acteur et son potentiel d'orateur ...
- Préparer le contenu ; jouer sur l'impact des mots

##### Training 6 : Mettre en place et gérer l'interactivité

- Les différentes manières de traiter une question
- Comment bien réagir quand « je n'ai pas la réponse... »

#### Les + de ce module

- > 5 prises de parole en 2 jours.
- > Prestation sur scène dans un lieu public (1<sup>er</sup> jour au soir)
- > Transposition dans ses présentations professionnelles (2<sup>ème</sup> jour)
- > Coanimation complète par 2 formateurs comédiens

#### Ce qu'ils en disent

« L'autodiagnostic m'a permis de repérer mon point faible (le non-verbal) et de le travailler »

« J'ose davantage donner mon point de vue en réunion et en public »

« J'ai mobilisé des ressources (spontanéité, humour...) que je ne soupçonnais pas »

« La méthodologie est une aide pour s'en sortir quel que soit l'enjeu »

« Finalement je trouve cela facile et agréable de prendre la parole en public »