

Parler au public : les clés pour une meilleure communication interpersonnelle

Dans une réunion publique, une assemblée, une discussion, il peut arriver de se sentir mal à l'aise, d'être bloqué par le trac, de ne plus maîtriser l'animation, de se trouver ennuyeux, d'être dépassé par le temps, de parler tout-e seul-e, d'être déstabilisé par des questions, ... d'avoir « une communication qui fait le grand écart ». Se posent alors différentes questions : comment mieux communiquer devant un public ? Comment gagner en confiance ? Comment placer sa voix ? Comment rendre son « message » plus efficace ? Comment s'adapter au contexte ? Comment convaincre ?... Avec recul, une expression du corps mieux maîtrisée, une réflexion sur le contexte, une prise de parole claire, plus assurée, un travail personnalisé peut contribuer à remettre « sa communication publique sur ses deux pieds ! ». Cette formation propose d'aborder la communication interpersonnelle dans différents contextes d'expression.

Objectifs

- Créer une dynamique de travail favorisant l'expression de chaque participant-e.
- Développer les capacités d'expression.
- Identifier ce qui aide et ce qui freine l'acte de communication interpersonnel face à un public.
- Faire un « état des lieux » de ses atouts et déterminer ses pistes à travailler en matière d'expression.
- Se questionner sur sa manière de faire, sur ses modes d'expression (argumentation, négociation, ...).
- Partager nos savoirs d'expériences dans un contexte ludique.

Contenus

- Notre démarche de formation prend en compte les besoins et les attentes des participant-e-s et s'appuie sur leurs expériences et leurs ressources.
- Notre travail porte sur l'expression et la communication de chaque participant-e en situation.
- Selon le cadre de la formation, les temps de mise en pratique (exercice, mise en jeu) s'articulent avec les apports théoriques.
- Différentes techniques ludiques d'expression sont proposées pour favoriser un travail individualisé avec repérage des « points forts » et des pistes à travailler.
- Notre recherche individuelle et collective s'appuie sur la question de la communication-relation à partir des situations professionnelles (animation, délégation, représentation...) et des difficultés rencontrées ; selon

les besoins de chaque participant-e-s, elle permet de réfléchir à un « comment faire autrement ».

- La formation se déroule en deux temps de formation : un temps d'« état des lieux » et un temps de « retour sur expérience » ; entre les deux, il est proposé aux participant-e-s de mettre en pratique les points à travailler sur le terrain.
- Analyse de la mise en œuvre des acquis de la formation.

Méthodes pédagogiques

Les techniques de base de l'acte de communication interpersonnelle et des techniques théâtrales du jeu de l'acteur. Les modalités pédagogiques actives alternent mise en situation, réflexion individuelle et collective, et apports théoriques.

Public et Prérequis

Bénévoles et professionnel-le-s
des centres sociaux et de la petite enfance
Prérequis : la dynamique de formation sollicite l'implication des participant-e-s et encourage la réflexion pour agir autrement

Intervenant

Michel Rival
Metteur en scène, comédien, auteur et formateur

Possibilité en intra, nous contacter.



25 - 26 février & 28 mars 2019



au plus près des inscrits



3 jours

N°FORMATION : 2019F07

Je m'inscris



Adhérents :
Professionnel-le : 600€
Bénévole : 90€

Non adhérents :
Nous contacter