

## **Améliorer sa communication et sa prise de parole**

Aujourd'hui, exceller dans un domaine technique ne suffit plus !!

À compétences égales, ce qui fait la différence, c'est la capacité à bien communiquer dans toutes les situations : avec ses pairs, sa hiérarchie, au sein d'un groupe interdisciplinaire, avec ses clients, face à un comité de direction...

Cette formation proposera à la fois l'acquisition de techniques de communication et de prise de parole d'une part, et de l'autre la construction ou le renforcement d'une compétence de communicant.

### **Objectifs :**

- 1 - Prendre conscience de sa capacité à communiquer
- 2 - Améliorer sa prise de parole
- 3- Gérer les enjeux et son stress

### **Méthode d'apprentissage**

Favoriser l'apprentissage et la progression par des méthodes théâtrales interactives et des échanges d'expériences qui amènent les stagiaires à identifier et à expérimenter, par eux-mêmes, leurs axes de progression

- Des **exercices théâtraux** et des **jeux pédagogiques** pour diversifier les méthodes d'apprentissage
- Des **saynètes théâtrales** pour favoriser la prise de conscience des comportements à faire évoluer
- Des **misés en situation** avec l'utilisation de la vidéo pour s'entraîner au plus près de la réalité et ancrer les messages

Le débriefing des saynètes et des exercices est complété par des **apports pédagogiques**. Il permet à chaque participant de **construire ses propres outils et solutions**.

**Hervé GOUBERT**

*Comédien et Formateur*

### **Découpage Pédagogique :**

- 1) Dynamisation groupe
- 2) Approche et dynamisation de la posture de communication
- 3) Training prise de parole
- 4) Relaxation et gestion du stress
- 4) Mise en situation avec vidéo
- 5) Débriefing et constat

Durée : 14 ou 21 heures (idéalement)

*Siège social :44, rue GY 76300 Sotteville Les Rouen*

*Tél : 06 27 55 57 47*

*Email : [h.goubert@laposte.net](mailto:h.goubert@laposte.net)*