

ÊTRE A L'AISE DANS LES SITUATIONS D'IMPROVISATION

L'activité professionnelle se caractérise aujourd'hui par une augmentation de l'incertitude et la nécessité de s'adapter rapidement à des situations nouvelles.

Faire face à des changements de dernières minutes, ou aux pressions de son environnement, implique donc de développer ses capacités d'improvisation, en particulier dans les situations de communication (hiérarchie, collaborateurs, clients...) ou d'organisation du travail.

Formation sur mesure.
Atelier en groupe restreint.
Séances individuelles.

DURÉE : variable selon vos attentes et le devis

À QUI S'ADRESSE CETTE FORMATION

* Toute personne confrontée, dans l'organisation de son travail ou dans ses communications, à la nécessité de s'adapter aux situations les plus diverses (prise de parole non préparée, gestion d'imprévu...).

* Toutes les professions du Relationnel et de la Communication
- Gérant entreprise, société, cabinet, chef de groupes ou d'équipes, commerciaux, chargés de relations publiques, avocats, managers, cadres supérieurs, Collectivités locales, Agence de Conseil, Rédaction Presse en entreprise, Responsable de Com, DRH, Chargé de production audiovisuelle ou de direction artistique...

* Managers ayant des messages forts à faire passer au sein de leur organisation, devant animer des groupes de travail.

* Toutes personnes ayant à assurer leur fonction à partir de relations externes ou internes, que la conjoncture ou leur contexte rend difficiles ou conflictuelles. Par exemple : managers, formateurs, commerciaux, fonctionnels...

OBJECTIFS DE CETTE FORMATION

- * Faire face positivement et sereinement aux situations inattendues.
- * Mobiliser rapidement ses idées et ses ressources personnelles.
- * Intervenir oralement sans préparation, de manière claire et déterminée.

LES PLUS DE CETTE FORMATION

- Exercices d'improvisation (imposée et choisie).
- Traitement de cas (situations imprévisibles, situations de changement).
- Apports de techniques spécifiques.
- Traitement de cas réels rencontrés par les participants.

- Les conseils d'un comédien professionnel et d'un coach
- Individuel ou Groupes limités à 12 participants pour plus d'interactions
- De nombreuses mises en situation filmées
- Exercices personnels ou en groupe ; Improvisation ; étude de cas selon vos attentes

PROGRAMME

INTRODUCTION

- Vos attentes
- Présentation croisée
- Visionnage
- Recensement des questions et difficultés concrètes rencontrées par chaque participant.

BIEN SE CONNAÎTRE POUR ÊTRE DISPONIBLE DANS L'IMPROVISATION

- Utiliser les techniques de communication verbale et non - verbale appropriées pour convaincre vos auditeurs.
- Maîtriser les 7 outils indispensables du comédien en Expression Orale : Respiration – Attitude – Voix – Articulation – Phrasé - Silence - Regard

- Gagner en aisance et faire face aux situations stressantes, sans vous laisser déstabiliser.

- Développer sens de l'écoute et de l'observation
- Développer sens de l'adaptation ; gagner en flexibilité

SAVOIR IMPROVISER

- L'importance de connaître ses réactions face à l'imprévu et son potentiel d'adaptation.
- Réagir aux événements inattendus : retards, sollicitations, dérangements.
- Les réflexes à cultiver : faire preuve de souplesse, repérer les priorités, mobiliser ses ressources.
- Surmonter ses blocages personnels : travailler la confiance en soi et la capacité de s'affirmer.

- L'intervention orale à l'improviste : technique de rassemblement de ses idées, fluidité mentale, canevas express.
- L'art de dire non de façon constructive : développer son sens de la répartie.
- Faire face aux comportements négatifs : critiques, agressivité, mise en cause...