

S'AFFRANCHIR DE LA GLOSSOPHOBIE

1 - PUBLIC ET PRÉREQUIS

Personnes rencontrant de grandes difficultés pour s'exprimer en public (glossophobie).-

Prérequis : cadre, dirigeant d'entreprise ou d'association, professionnel amené à s'exprimer en public.

Le prérequis est mesuré par : le CV ou tout élément de preuve de la nécessité de s'exprimer en public.

Clause de confidentialité : la formation est confidentielle. Contractuellement, SOLEVA s'interdit de mentionner le nom d'un stagiaire à quelque fin que ce soit, notamment publicitaire.

2 - OBJECTIFS

- Acquérir la capacité de s'exprimer en public avec sérénité et efficacité.-
- Vaincre les affres de la glossophobie.

3 - PROGRAMME-

État initial

Retour d'expérience et identification des symptômes.

Examen des attitudes.

Exposé de la méthode.

Vers un mouvement fluide

Maîtriser la gestuelle.

Acquérir les bases de la lisibilité du mouvement.

Iconographie et sémiotique du geste.

Avec une voix posée

Voix intrinsèque, voix externe.

Qualité du fonctionnement de la voix.

Construction du geste vocal.

Séances individuelles
ou en binôme

Durée
40 heures réparties sur 6 semaines
non consécutives

Dates à déterminer
en commun

En visioconférence ou
présentiel selon le lieu
de résidence du
stagiaire

Coût pédagogique
Sur devis

Frais de déplacement
Séances en
présentiel à la
demande du stagiaire
Forfait selon le site

Des couleurs dans l'expression

Indépendance de la pensée, du geste et de l'émission vocale.
Rythmique, intensité, modulations, nuances, dans la voix et dans le geste.
L'art de dire.
L'improvisation : technique et utilisation.

Dans une relation conjuguée à l'auditoire

Distances de communication et ponts avec l'auditoire.
Perception intrinsèque du temps, perception de l'auditoire.
Maîtrise de l'espace scénique.
Effets d'attente de l'auditoire.

4 - MOYENS PÉDAGOGIQUES ET D'ENCADREMENT

Séances de formation en salle.
Possibilité de suivre la formation intégralement en visio-conférence.
Approfondissement de la représentation individuelle.
Exposés théoriques.
Exercices pratiques.
Registre de notes personnelles.
Analyse de vidéos de cas concrets.
Mises en situation.
Filmage vidéo.
La formation est assurée par Reynald LABBE (auteur, acteur et metteur en scène de théâtre) et/ou Arthur APATOUT (artiste, musicien, auteur compositeur interprète, multi-disque de platine, nombreuses tournées internationales).

5 - SUIVI-

Émargement par les stagiaires d'une fiche de présence pour chaque reprise d'une durée de 2 heures. Les séances en visio-conférence sont attestées par le répertoire de l'application.
Signature d'une fiche de présence périodique.-
Retours d'expérience et soutien post-formation durant six mois (par e-mél, téléphone ou vidéo-entretien) sur une base de 8 heures.

6 - ÉVALUATION-

Évaluation à chaud lors de chaque reprise par discussion non formalisée.-
Évaluation à chaud par questionnaire d'auto-évaluation et évaluation du formateur sur les points techniques étudiés.
Débriefing d'auto-évaluation pour chaque mise en situation.-
Évaluation in fine par le formateur et auto-évaluation du stagiaire par questionnaire rétrospectif.
Une attestation de fin de formation est remise à chaque stagiaire.