



## L'ART DE LA REPARTIE

**FORMATRICE : Fanny HILD**, spécialiste de l'Improvisation Théâtrale (13 ans de pratique). Diplômée du Conservatoire d'Art Dramatique de Roubaix (5 ans de pratique). Formée à la PNL (Technicienne /praticienne) et à l'Element Humain.

### OBJECTIFS

- Identifier comment canaliser ses émotions et ne pas se laisser submerger par son interlocuteur (client, collaborateur, fournisseur)
- Identifier comment formuler des réponses avec aisance et fluidité lors d'échanges avec mon interlocuteur (client, collaborateur, fournisseur)
- Pratiquer des techniques d'improvisation seul ou à plusieurs pour mieux appréhender des rendez-vous client, des entretiens de recrutement

### PROGRAMME

#### 1<sup>ER</sup> JOUR - MATINEE LACHER-PRISE

Echauffement physique + énergie = Trouver la détente propice à la créativité

Extraits vidéo de joueurs en match d'improvisation

Se mettre en action

J'apprends à dire oui à la proposition de l'autre. Je m'intègre à la proposition de l'autre. Je précise les informations

Donner les moyens d'accepter pour interagir avec l'autre : Je désamorce le réflexe de défense négative.

#### 1<sup>ER</sup> JOUR – APRES –MIDI GESTION DES EMOTIONS

Ne pas se laisser submerger par ses émotions

*Les 3 secondes.*

CREATIVITE

Sortir de l'attendu/ Se surprendre et surprendre

Ouvrir son esprit pour rebondir facilement sur les propos de mon interlocuteur.

Trouver la spontanéité : si on ne rebondit pas dans la seconde, c'est perdu.

#### 2<sup>EME</sup> JOUR – MATINEE TROUVER SON STYLE

Savoir raconter une histoire / Savoir utiliser des registres émotionnels

Explorer la fonction narrative sous toutes ses facettes.

Faire adhérer le public en s'appuyant sur le récit et les émotions.

CHOIX DES MOTS

Être très attentif aux mots et tournures de phrases

Test sur les projections personnelles

*Sensibilisation au VAKOG : Vocabulaire Visuel / Auditif / Kinesthésique*

#### 2<sup>EME</sup> JOUR – APRES - MIDI

Improviser sur votre sujet (présentation de projet, présentation de bilan chiffré, rapport d'activité...) et le rendre intéressant. / Gérer les imprévus du public

On peut se sortir de toute situation si on est à l'écoute, et dans la détente.

CONSTRUIRE AVEC L'AUTRE

Improviser à plusieurs

Découvrir qu'improviser, c'est possible ! Et que l'on y prend du plaisir !

### MOYENS ET OUTILS PEDAGOGIQUES :

Les techniques, issues du théâtre d'improvisation, sont ludiques et concrètes. Le participant est mobilisé physiquement et émotionnellement durant toute la formation. Les techniques vont mettre en évidence les petits travers de chacun, et vont permettre de proposer des améliorations concrètes, visibles de suite

#### Combattre les automatismes

Les techniques vont mettre en évidence les petits travers de chacun, et vont permettre de proposer des améliorations concrètes, visibles de suite.



**PUBLIC** : Tout directeur, manager et cadre en contact avec de multiples interlocuteurs.

**PREREQUIS** : Aucun

**DUREE** : 2 jours – 14 heures

**SUIVI ET EVALUATION**

Feuille de présences émargées sur place.

Certificat de réalisation envoyé à l'issue du stage

Auto-évaluation des acquis à la fin du stage.

Evaluation à chaud de la satisfaction fait en ligne.

**ACCESSIBILITE AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP** : Nous contacter à [formation@cj.net](mailto:formation@cj.net)

MAJ le 31/05/2023 par la responsable pédagogique