

L'ART DE LA REPARTIE

Ou comment trouver les ressources en soi pour ne jamais être déstabilisé

par Fanny HILD

FORMATEUR/TRICE

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), à l'Element Human. Dans une ancienne vie, a travaillé en tant que chef de produit marketing dans de grands groupes, durant dix ans.

OBJECTIFS, BENEFICES

- - Identifier ses émotions dans le dialogue pour les canaliser et ne pas se laisser submerger par son interlocuteur (client, collaborateur, fournisseur...)
- Rebondir avec aisance et fluidité sur les propos de mon interlocuteur (client, collaborateur, fournisseur)
- Définir et pratiquer les registres émotionnels au fil de la discussion
- Pratiquer des techniques d'improvisation seul ou à plusieurs pour mieux appréhender des rendez-vous client, des entretiens de recrutement...

CONTENU, PROGRAMME

1^{ER} JOUR - MATINEE LACHER-PRISE

Echauffement physique + énergie = Trouver la détente propice à la créativité
Extraits vidéo de jouteurs 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 désamorçe le réflexe de défense négative.

1^{ER} 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^{EME} 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^{EME} 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 !

METHODE 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.

PRE-REQUIS

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

PREREQUIS : Aucun

