

WELCOME TO

PKO
côté THEÂTRE

STAGE. ATELIERS. FORMATIONS. ENTREPRISE

Techniques de prise de parole

Sarah DUKHAN - Comédienne et formatrice



A quoi vous font penser ces images

prise de parole en public



TOP

Thème objectif plan

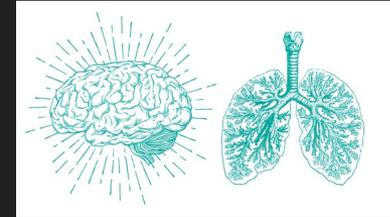
Thème: connaître les outils phares de la prise de parole en public

Objectif: prendre plaisir à prendre la parole

Plan:

- Echauffement et mise en condition par des outils du théâtre
- Réflexions en groupe et principes d'une communication verbale et non verbale
- Mises en pratique et co-analyses

Echauffement en groupe - *par les outils du théâtre d'improvisation*



B-A BA de la prise de parole

brainstorming



Les enjeux dans une prise de parole maîtrisée?

Les qualités d'un bon orateur?

La règle des 3 V

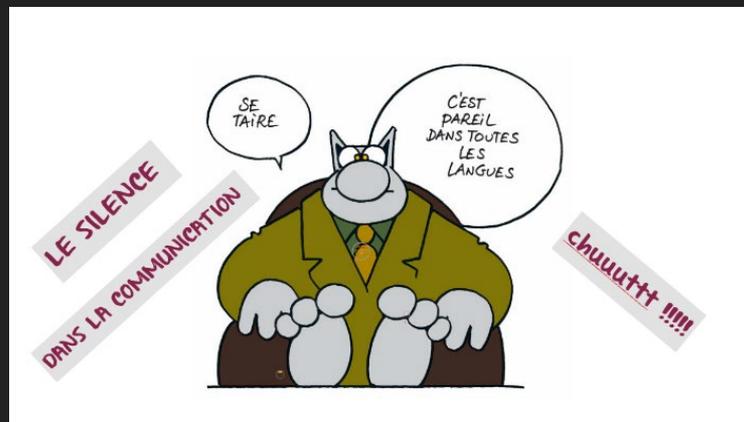
La règle du 7 % – 38 % – 55 %

d'Albert Mehrabian

V commeVERBALE

V comme..... VOCALE

V comme VISUELLE



« Parle si tu as des mots plus forts que le silence, ou garde le silence »

EURIPIDE

Etre Orateur c'est assumer 3 rôles

en résumé

AUTEUR : préparer, concevoir, questionner, choisir, réflexion, rédaction, élaboration, ...

METTEUR EN SCENE : préparation et répétition, entraînement, organiser, vérifier, ...

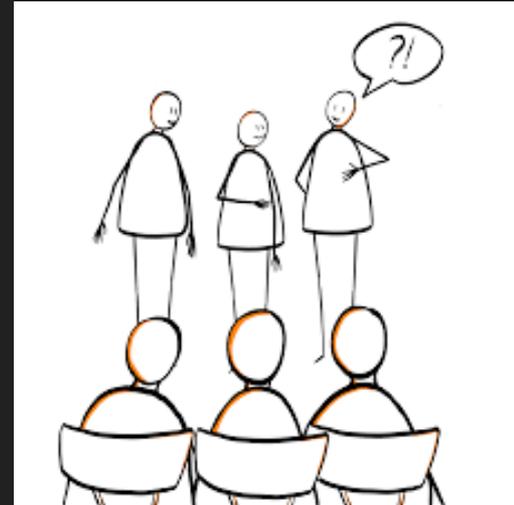
ACTEUR : intervenir, être présent, présenter, se présenter, parler, s'exprimer, s'engager, partager, convaincre, s'affirmer,

Mise en pratique - 180 s

en groupe de 3



- Choix d'un sujet en groupe
- Travailler les 3 premières minutes (180s) : le TOP / l'accroche
- Se répartir la parole en groupe tandis qu'un autre groupe analyse les points forts et les points d'amélioration:
 - Vocale
 - Verbale
 - Visuelle



Thème Objectif Plan

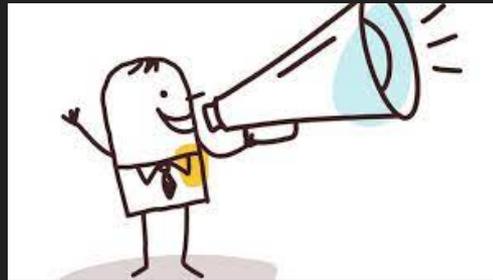
l'introduction

THEME : C'est ce dont on va parler

OBJECTIF: Résultat qu'on aura obtenu à la fin de la prise de parole

PLAN: Ordre des séquences et des méthodes pour atteindre l'objectif

+ Une **ACCROCHE**



Une accroche percutante

un tremplin

Une **histoire** ou une **anecdote** à raconter
facilite la
mémorisation

Une **question**
éveille l'intérêt
et la curiosité ...

Une **citation**



Une **statistique**
frappante interpelle
et fait réfléchir

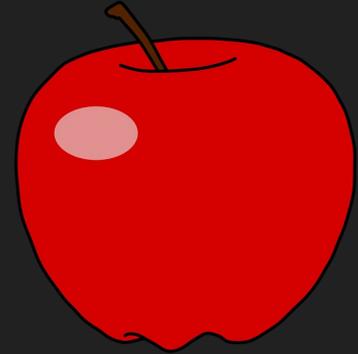
Un **défi** ou un point de vue
controversé

La **référence** à un
événement commun
renforce le lien

L'importance de se préparer

Les questions à se poser

- **P** comme PUBLIC?
- **O** comme OBJECTIFS?
- **M** comme MESSAGES ?
- **M** comme MATERIELS ?
- **E** comme ENVIRONNEMENT?

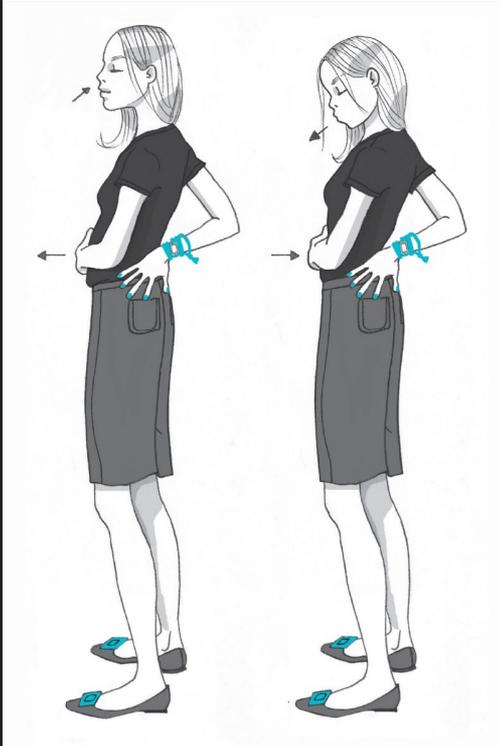


“Une des clés du succès est la confiance en soi et une des clés de la confiance en soi est la préparation”

“Un discours improvisé a été réécrit 3 fois” W. Churchill

La respiration

au service de la prise de parole



La respiration est à la communication orale ce que la ponctuation est à la communication écrite

Un texte, c'est d'abord une respiration. » Louis Jovet

Conclusion

Présence, Enthousiasme & Plaisir



Rendez vous aux doctorales !