

Développement des compétences relationnelles

Parler en public, j'aime !



Parler en public avec plaisir !

La **voix** est l'outil privilégié de la communication, de l'expression et de l'affirmation de soi. Notre capacité à transmettre un message, efficacement, dépend en grande partie de la manière dont nous utilisons notre voix.

Le lien subtil qui unit la voix et le corps est la respiration...

La **respiration** permet à notre voix d'être le véhicule fiable de notre parole.

Le rythme binaire est l'essence même de notre pulsion de vie.

La **pulsation** permet au corps de s'exprimer sans le contrôle du cerveau.

Libérer le cerveau

Notre manière de communiquer est dépendante de notre capacité à libérer notre voix et par conséquent de notre capacité à respirer et **rire** librement.

Formation Acte-Parole - Technesthésie

Cette formation aborde la gestion de la parole et des émotions dans des relations difficiles, développe les compétences d'écoute, même en situations tendues, et permet de communiquer dans un contexte où les interlocuteurs peuvent eux-mêmes aussi être en état de stress.

OBJECTIFS

Utiliser les ressources de la voix, de la parole et du corps pour :

- développer l'écoute active
- développer la confiance en soi
- tempérer et faire face à l'agressivité (gestion des conflits)
- percevoir rapidement l'enjeu d'une relation
- développer le réflexe de réagir
- redécouvrir une assurance ("autorité") naturelle
- oser prendre la parole en public
- s'exprimer clairement avec assurance
- éviter la fatigue vocale.

PROGRAMME

- o Entraînement aux mécanismes physiques liés à la perception du temps, de l'espace, de l'énergie et de la voix
- o Redécouverte sensorielle des outils du langage et leur utilisation dans la dynamique des échanges :
 - o le *verbal* : unités de sens, gestion des silences, contrôle de la voix (hauteur, volume, timbre), conscience du rythme de la respiration et de l'énergie, prise de parole et transmission
 - o le *corps* : gestion des regards, des gestes, de la posture, de la coordination des mouvements
- o Perception des modes de fonctionnement dans le jeu relationnel :
 - o identification de ses *sensations* et de celles de l'autre dans les différents moments de l'échange
 - o faire en sorte que le message **émis** soit le message **reçu**

DÉMARCHE PÉDAGOGIQUE

- o Didactique expérimentale et interactive
- o Outils : Technesthésie & Commedia dell'arte
- o Pulsations par l'expression primitive
- o Yoga par le rire

ORGANISATION

Public cible

Toute personne souhaitant développer une assurance en soi pour entrer en relation

Formateur

Jean-Claude Spies, Agrégé Enseignement Secondaire en Langues Germaniques. Formateur à Ecole Européenne de Technesthésie (Communication voix parlée), Vacataire UCL-Louvain et Université de Mons. Formateur Ecole de Yoga du Rire Dr. Kataria. Flûtiste

Dates : programme de 2 jours, les 9 et 11 mai 2012, de 9h00 à 16h00

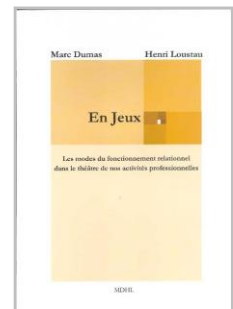
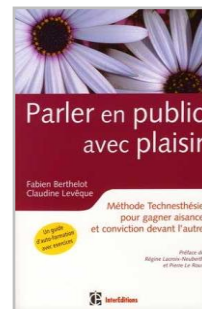
Lieu : Bruxelles

Modalités

250 euros/jour htva, soit 500 euros htva (TQ16 est exemptée de TVA dans le cadre de ses formations). Ce montant comprend l'ensemble de la formation, la certification de participation et les pauses café.

Supports de formation

Il est recommandé d'avoir en sa possession les ouvrages :
« **Parler en public avec plaisir** », de F. Berthelot et Cl. Levêque, InterEditions, 2007, disponible au prix de 24,95 euros htva
« **En jeux** », de M. Dumas et H. Lousteau, Editions MDLH, 2005, disponible au prix de 15,00 euros htva



RENSEIGNEMENTS & INSCRIPTIONS

Paul Flasse, +32 (0)2 673 95 61, paul.flasse@TQ16.com

Inscriptions en ligne sur www.TQ16.be

REFERENCES

Secteur Ressources Humaines et

Psychologie

- APTO (Association des Psychologues du Travail et des Organisations)
- Randstad HR Solutions

Secteur Santé

- ACN
- ANLH
- Biogen Idec Belgium
- Cliniques Derscheid
- Cliniques St Luc
- Ligue Braille
- Mölnlycke Health Care
- Novartis
- Sandoz
- Schering-Plough Belgium
- Touch & Coach
- VSPF (Vlaamse social-profitfondsen)

Secteur Formation et Enseignement

- CIFOP
- CUNIC
- EPHEC
- SEGEC

Services Publics

- Commission Européenne
- Communes de Molenbeek-St-Jean Woluwé-Saint-Lambert, Jette...

Secteur Bancaire

- Banque Nationale de Belgique (BNB)
- CBC Bank
- ING
- FORTIS

Secteur Industriel et Distribution

- Ferrero Rocher
- GDF Suez
- Procter & Gamble
- Velux

Secteur de la Consultance

- Agoria
- Bain & Cie
- CRIOC
- Kaleido
- ORMIT
- Tetrade Consulting

Secteur Services

- Belgacom
- Om Health Work (Hotels Pullman)
- RTBF

TroisQuatorze 16 sprl

18 av des Mûriers à 1170 Bruxelles, Belgique ◦ Tel & Fax : +32(0)2.673.95.61 ◦ info@TQ16.be ◦ <http://www.TQ16.be>
ING 350-1007638-24 ◦ IBAN BE 81350100763824 - Code Swift (ou BIC) : BBRUBEBB ◦ TVA : BE 867.568.196