

**FORMATION « Développement théâtral »  
2 JOURS Durée adaptée en fonction du nombre**

Intervenant : JEAN LUC COHEN  
**COMEDIEN FORMATEUR**

Tel : 0646290892      [cohen.jluc@gmail.com](mailto:cohen.jluc@gmail.com)      Site : [www.theatreplus.fr](http://www.theatreplus.fr)

**PUBLIC**

Salariés de l'entreprise  
Séminaires d'intégration  
Séminaires de cohésion                      (Nb : De 6 a 60)

**CONSTATS**

La peur de parler en public ou le manque de confiance en soi a souvent pour origine des peurs bien plus grandes, celle du jugement et du rejet. Dans l'entreprise, elles se traduisent souvent par un manque d'assertivité et une argumentation faible .Résultat : les objectifs non atteints, le stress, la mauvaise entente avec ses collaborateurs, qui amène souvent à aller au travail à reculons. Le théâtre devient intéressant dans le seul fait qu'il permet de transcender ces peurs a travers le rôle, le personnage, l'histoire...

Cette formation permet au travers son aspect ludique l'atteinte d'objectifs mesurables au niveau personnel, émotionnel et professionnel. Sa plus grande particularité consiste à se clôturer par la représentation d'un spectacle abouti.

**OBJECTIFS**

- ✓ Acquérir des outils essentiels de communication.
- ✓ Savoir prendre sa place devant un public
- ✓ Développer la confiance en soi par la distanciation
- ✓ Evacuer son stress
- ✓ Prendre en compte l'autre dans sa globalité. A l'accepter.
- ✓ optimiser les aspects techniques qui permettent de se faire entendre et comprendre
- ✓ Canaliser ses émotions et réussir à transmettre la bonne
- ✓ Optimiser son déplacement, sa congruence
- ✓ Entraîner au dialogue, à l'écoute, à la répartie, a la conclusion.
- ✓ Créer un climat propice à la dynamique de groupe

**METHODES**

- Jeux de cohésion et travail sur textes et travail sur la vérité de l'acteur
- Création d'un véritable spectacle

**TECHNIQUES ET OUTILS**

- Exercices ludiques théâtraux de cohésion de groupe
- Exercices de techniques théâtrales
- Exercices d'improvisation
- Vidéo

## En savoir un peu plus sur

JEAN LUC COHEN  
COMEDIEN FORMATEUR



Hier

- Commercial/Manager/Directeur commercial 15 ans  
Dans l'Industrie pharmaceutique
- Responsable de la formation chez Sholl/Durex  
Directeur commercial régional chez Idim Pharma

Aujourd'hui

Depuis

- Formateur Commerce communication Afpa /Cci / Esicad/ Fmi/ Grpe E.I... 12 ans  
Accompagnant à la prise de parole en public
- Comédien 11 ans
- Professeur de théâtre (Enfants/Ados/Adultes/Public handicapé) 8 ans
- Metteur en scène 5 ans

Directeur de Théâtre Plus Formation (Qu'il a co- crée en 2008)

*A savoir:*

***Il joue avec Michel Galabru depuis 2010***

*Met en scène des comédiens handicapés  
Pratique la direction d'acteurs dans différentes troupes de la région  
Dirige la troupe théâtre plus et met en scènes plusieurs pièces de théâtre*

## PROGRAMME JOUR 1

### Ma Représentation /Mon Image

- Attentes et objectifs
- S'approprier les objectifs de formation
- Présentation ludique et interactive
- Points forts
- Axes de développement.
- Notions et 1eres réflexions
- Conditions qui favorisent la confiance en soi
- Art du mentir vrai

### Elaboration de scénettes

- Choix des textes
- Définition des rôles
- Aspect techniques de montage de spectacle
- Nomination des responsables de projet

### Les techniques théâtrales

- Lecture des textes
- Accompagner le verbe par le geste./Congruence
- Gestion des messages contradictoires
- L'intention et la perception
- L'influence du ton
- Le sentiment porte le mot
- Respiration/ Voix fréquence- intensité- amplitude.
- Articulation/ Vocabulaire, Exercices ludiques pédagogiques

## PROGRAMME JOUR 2

### A La Rencontre Des Emotions

- L'Intelligence du cœur
- les paramètres facilitateurs et les freins de la communication orale
- Sentiments/Emotions/Manipulation Exercices ludiques

### ELABORATION D'UN VRAI SPECTACLE + REPRESENTATION Filmée

- **Bilan des acquis** Synthèse de la formation
- Expression sur les ressentis
- Parallèles avec la vie dans l'entreprise