



Agir par la parole, méthode Technesthésie ***Programme Formation de trois jours***

Vous devez persuader, motiver, négocier ... La méthode Technesthésie vous propose un entraînement tonique et progressif pour «parler juste» en toutes circonstances, prendre vos marques et donner votre mesure.

1^{er}

Présentations individuelles et introduction à la technique

Travail de fond sur les quatre mécanismes de base du langage : quatre gammes avec textes et en expression spontanée.

- . **Groupe de mots** (plus petite unité de sens) - Vous échangez paroles, silences, regards , vous conduisez vos propos et habitez votre corps.
- . **Accélééré-ralenti** - Vous apprenez à lancer, ralentir, relancer votre débit, à respirer : vous canalisez votre énergie.
- . **Choc des consonnes, poids des voyelles** - Votre bouche sculpte les sons, vous apprivoisez votre voix, votre souffle.
- . **Attaque et finale** - Vous organisez vos propos, affirmez votre présence et votre autorité naturelle.

2^{ème}

Les entretiens «dynamogéniques»

Vous développez votre autorité et votre autonomie, transformez le trac en énergie positive, écoutez mieux pour désamorcer la contradiction.

Variations sur les quatre gammes, avec textes et en improvisation

En appliquant les gammes, en travaillant les intentions, les gestes, l'occupation de l'espace, vous découvrez comment :

- . allier souplesse, liberté, efficacité,
- . improviser avec aisance, cultiver l'esprit d'à-propos,
- . maintenir l'attention de vos auditeurs.

3^{ème}

Présentation d'un canevas rhétorique pour préparer vos interventions : analyser, structurer, argumenter pour retenir l'auditoire et transmettre vos messages.

Prestation individuelle en situation professionnelle : votre parole à votre service

Elaboration, intervention puis échange avec votre auditoire pour vous entraîner à prendre conscience de vos mots et gestes parasites, garder la maîtrise de votre voix et de vos réactions, instaurer des relations constructives.

Tour de table : bilan et conseils personnalisés.

Parole Energie Présence - 42 rue Botzaris 75019 Paris - Tél. / Fax 01 53 21 96 22

e-mail : infos@pep-france.com - [http : //www.pep-france.com](http://www.pep-france.com)