

SEUL EN SCÈNE – La Prise de Parole



Florence Grillot

Cours de prise de parole

Interventions en entreprise

Entretien, réunion, concours, conférence

SIREN : 843 136 268

APE : 8552Z Enseignement culturel

Site web : www.florence-grillot.com

Courriel : florence.grillot@sfr.fr

Téléphone : 06 17 92 64 97

SEUL EN SCÈNE – La Prise de Parole



SOMMAIRE

Page 1

Coordonnées et contact

Page 2

Sommaire

Page 3-4

Curriculum Vitae

Page 5

Interventions en entreprise

Constat

Une bonne communication

Page 6

Enseignement

Objectifs

Action

Page 7

Déroulement d'une intervention

Conditions

Préparation

Objectifs

Action

Page 8

Tarifs saison 2022/2023

Florence GRILLOT



14, rue du Onze Novembre – 74 960 ANNECY – 06 17 92 64 97
Courriel : florence.grillot@sfr.fr Site : www.florence-grillot.com

Intervenante en prise de parole

Cours particuliers et collectifs de prise de parole basés sur les techniques théâtrales, dans un cadre professionnel (entretiens, réunions, conférences), scolaire (examens, grand oral, oral du brevet, aide à l'apprentissage des techniques de l'oral), artistique (auditions, lectures, seul en scène).
Pour les adolescents et les adultes.

Professeure de théâtre – Metteuse en scène

Enseignement des techniques théâtrales. Tous les âges à partir de 4 ans.
Direction artistique de compagnies de théâtre amateur. Tournées. Festivals.
Création de pièces de théâtre, récitals de poésie, spectacles d'improvisation et de cabaret.
Animation de stages théâtre week-end pour les adultes.

Auteure

Membre sociétaire de la SACD depuis 1983.
Écriture d'une quarantaine de pièces de théâtre, pour les enfants et pour les adultes.
Pièces représentées en France, dans les pays francophones et à l'étranger par des ateliers théâtre, des établissements scolaires, des troupes d'amateurs et des compagnies professionnelles.



- 2018 – 2022** *Seul en scène* – Annecy (74) : Cours particuliers et collectifs de prise de parole. Pour tout public et pour les artistes en recherche de perfectionnement (adolescents, jeunes adultes et adultes).
- 2009 – 2018** *Compagnie Les Artisans du rêve* – Carpentras (84) : Écriture/Mise en scène. Création de pièces de théâtre et de cabaret. Enseignement pour tous les âges. Ateliers d'improvisation. Animation de stages théâtre pour adultes.
- 2002 – 2008** *Compagnie Les Artisans du rêve* – Mallemort (13) ; *Compagnie du Gypaète rose* – Charleval (13) ; Foyer Rural – Charleval (13) ; M. J.C –Rognes (13) ; École de musique de Mallemort (13) : Écriture/Mise en scène. Création de pièces de théâtre, de spectacles poétiques et de spectacles d'improvisation. Enseignement pour tous les âges. Animation de stages théâtre pour adultes.
- 1996 – 2002** Centre Socio-culturel du Parc aux Lièvres – Évry (91) : Enseignement pour tous les âges. Écriture/mise en scène. Création de pièces de théâtre. *Association Réseaux d'Échanges de Savoirs* –Évry (91) : mise en scène.
- 1985 – 1995** Secrétaire commerciale et administrative. Écriture.
- 1981 – 1985** Cours privés de théâtre FLORENT et J.L. COCHET. Technique vocale R. VIRET – Paris. Récitals. Figuration cinéma/télévision.
- 1980 – 1981** *Compagnie du Trèfle* – Annecy (74) : Théâtre pour enfants. Comédienne. Metteur en scène : Liberto Valls.

FORMATIONS

Formation d'anglais « Alpine Rainbow » (74 Annecy) – *Mars à juin 2021*
 Stage d'écriture : « Complément d'objet » (84 Avignon) – *Juillet 2015*
 Formation d'écriture de court métrage : IMCA (84 Avignon) – *juillet 2014*
 Cours de théâtre et de technique vocale (75 Paris) – *1981/1985*
 Niveau baccalauréat A4 – Conservatoire d'art dramatique (74 Annecy) – *1978/1980*

AUTRES EXPÉRIENCES PROFESSIONNELLES

Entreprise : secrétaire administrative et commerciale.
 Cabinet d'avocat : secrétaire administrative.
 Assistante de vie auprès des personnes âgées.

LOISIRS

Lecture, marche, natation.

SEUL EN SCÈNE – La Prise de Parole



Interventions en entreprise

Constat

À l'ère de la communication débridée tous azimuts, nous sommes nombreux à nous dire insatisfaits de nos échanges verbaux, à nous sentir mal à l'aise dans nos interactions, que ce soit dans le milieu professionnel, dans la sphère publique ou dans notre vie privée. Vocabulaire, débit de parole, posture, comment communiquons-nous ? Comment éviter les malentendus, l'incompréhension, et, au bout du compte, une forme de contre-productivité ?

À force de conditionnements et d'automatismes, notre prise de parole devient monocorde ou assourdissante, notre gestuelle hésitante ou caricaturale. Que faisons-nous de notre potentiel ? Comment éviter le parasitage néfaste à nos interactions et à la réalisation de nos objectifs ?

La question essentielle est peut-être de savoir identifier nos travers langagiers et corporels dans un souci de donner aux autres une meilleure connaissance de nous-même et du projet que nous portons.

Prendre la parole n'est pas une action anecdotique et requiert une formation.

Une bonne communication

Communiquer est le quotidien de tous les acteurs de l'entreprise, salariés, cadres et dirigeants. Bien communiquer, c'est assurer le succès des projets et démarches à tous les niveaux de compétence d'un ensemble entrepreneurial.

Nous pouvons tous témoigner de malentendus, de frustrations et d'échecs générés par des prises de parole approximatives. Nombre de dirigeants en sont parfaitement conscients qui proposent à leurs salariés des formations destinées à parfaire la communication au sein de leur établissement et dans l'ouverture à l'extérieur. Il dépend de la volonté de chacun de s'engager dans une prise de parole constructive, indispensable à la bonne marche des affaires et au bien-être des collaborateurs.

Savoir expliquer des objectifs, transmettre des informations, débattre en réunion sur des points précis, exposer les composantes d'une stratégie, convaincre un client de la qualité d'un produit, servir par la gestuelle et la voix l'efficacité d'un exposé sont autant d'éléments que la formation et l'entraînement à la prise de parole permettront d'atteindre avec succès.

Enseignement

Prendre la parole est un travail du corps qui, tout entier, est mis à contribution, contrairement à l'idée reçue que seuls sont sollicités le cerveau et la voix. La prise de parole est une pratique exigeante qui nécessite une initiation. On n'imagine pas un pianiste ne pas faire ses gammes, ou, dans un autre domaine, un sportif ne pas s'échauffer avant une compétition.

Ma méthode est basée sur les techniques de jeu du comédien. Je propose des exercices brefs, corporels et vocaux, qui ont pour but d'amener chacun à se situer dans l'espace, à réapprendre à respirer, à améliorer sa diction, à augmenter sa puissance vocale, à ne pas se laisser déborder par des émotions parasites.

Peu à peu, le geste et la parole se libèrent, permettant au participant de découvrir un potentiel insoupçonné qui renforcera ses aptitudes professionnelles, notamment en matière de communication.

Objectifs

- apprendre rapidement à jauger un espace pour mieux l'utiliser
- prendre conscience de ses capacités propres pour mieux les exploiter et les mettre en valeur au sein d'une collaboration (travail en équipe, partenariat, management, ...)
- se dynamiser, prendre de l'assurance
- affiner son relationnel
- partager des objectifs communs

Action

- donner aux participants un cadre rigoureux
- proposer des mises en situation
- solliciter des interactions constructives
- fixer les prises de conscience par un bilan en fin d'intervention dans le cadre d'un temps de parole collectif

Déroulement d'une intervention

Conditions

Motivation, ponctualité, attention, respect, écoute, rigueur.

L'engagement doit être total pour aboutir à un travail commun de nature à donner satisfaction à l'ensemble des parties.

Préparation

Chaque participant prépare en amont un rapide exposé de 4 à 8 lignes maximum, *su et non lu*, pour un travail ouvert dès la première séance. La prestation initiale me permet d'évaluer les besoins en matière de respiration, de phrasé et de posture.

Cette phase d'observation et de décryptage terminée, j'amène chacun à revisiter son langage vocal et corporel, par le biais d'exercices variés.

Objectifs

- appréhender un espace pour le maîtriser
- travailler ses entrées, sa posture et sa gestuelle
- capter l'attention d'un interlocuteur ou d'un auditoire
- communiquer distinctement et avec aisance
- prendre conscience de son potentiel

Action

- réapprendre à respirer profondément pour évacuer les tensions et améliorer les performances vocales
- se positionner dans l'espace *en ouverture* et savoir orienter son regard
- affiner son phrasé : articulation, débit, nuances, pauses, silences
- se connecter à son corps pour affronter son stress
- apprendre à rectifier une communication mal engagée

Pour une prise de parole efficace et participative

SEUL EN SCÈNE – La Prise de Parole



Tarifs Saison 2022/2023

Interventions en entreprise

Tarifs

Pour 6 participants :

2 heures : 260 € TTC

1/2 journée : 500 € TTC

La journée : 980 € TTC

Tarifs modulables en fonction de la prestation – *si besoins particuliers à préciser en amont* – et du nombre de participants.

Règlement par chèque ou virement bancaire.