

NOS OUTILS DE COMMUNICATION

PRISE DE PAROLE

DEVELOPPEMENT PERSONNEL OU EN EQUIPE

COMMUNICATION VEBALE ET CORPORELLE



Marion Denys

Coach, pédagogue

+33663696107

marion_denys@hotmail.com

Marion Denys

Marion Denys est née en France, élevée en Suède et éduquée en Angleterre. Elle détient **une licence en linguistique et parle couramment trois langues.**

Diplômée de l'école de théâtre *Philippe Gaulier* en Angleterre, elle travaille depuis plus de 15 ans en tant que **comédienne, metteur en scène et coach scénique.** Parallèlement à son métier artistique, elle développe depuis de nombreuses années des compétences en tant que **pédagogue, intervenante de théâtre en entreprise, en prise de parole en public et communication corporelle et verbale** (missions réalisées pour le compte de grandes entreprises telles *BNP, Vinci, ou American Express*). Elle accompagne des hommes et femmes d'affaires dans leurs projets d'interventions publiques et/ou filmées. Elle intervient régulièrement auprès du *CEDIMES – Réseau Académique International Francophone* – sur le domaine de la prise de parole des doctorants et professeurs universitaires. Elle travaille également étroitement avec *les Hôpitaux de Paris* où elle a mis en place des interventions au sein des modules de "communication, transmission ciblée et prise de parole en public" pour préparer les futurs aides-soignants à leur métier de soignants et communicants.

Marion Denys est parallèlement **professeur de yoga**, diplômée de l'école *Sampoorna Yoga* en Inde. Elle se sert de certains outils du yoga et d'autres pratiques telles la sophrologie ou le Qi Gong pour un travail corporel en pleine conscience.

Interventions

1. PRISE DE CONSCIENCE ET APPRENTISSAGE DES OUTILS DE COMMUNICATION CORPORELLE & VERBALE

2. COMMUNICATION EN ENTREPRISE, DEVELOPPEMENT PERSONNEL OU EN EQUIPE, PRISE DE CONSCIENCE DES PROBLEMATIQUES DE COMMUNICATION ET DE LEURS SOLUTIONS

3. APPRENTISSAGE D'UNE LANGUE, D'UNE CULTURE, A TRAVERS DES JEUX, DES EXERCICES, UN TRAVAIL SUR SCENE

1. PRISE DE CONSCIENCE ET APPRENTISSAGE DES OUTILS DE COMMUNICATION CORPORELLE & VERBALE

Interventions effectuées au sein de différentes entreprises et structures (les *Hôpitaux de Paris* depuis 2006, l'Institut *CEDIMES* et les étudiants de l'*ESSEC*)

Nous travaillons dans un premier temps sur la communication non-verbale, afin d'être en pleine conscience de son corps et de son langage corporel.

Nous explorons ensuite les différents outils pour parfaire sa communication verbale et développons des stratégies pour faire face aux situations stressantes telles que les oraux, les évaluations, les transmissions ciblées ou les prises de parole en public.

Travail sur :

- la respiration, outil précieux pour la gestion du stress
- la sphère intime, sociale et publique
- l'espace : conscientisation et gestion du corps dans l'espace
- la prise de confiance individuelle et en groupe
- le langage corporel : la posture, la gestuelle, le regard
- la voix : projection, articulation, tempo (débit lent-rapide), modulation (aigus-graves)
- La transmission

Mise en situation à l'aide de textes et improvisations

Introduction à différents outils de relaxation (sophrologie), de concentration et préparation physique (Qi Gong et yoga)

2. COMMUNICATION EN ENTREPRISE, DEVELOPPEMENT PERSONNEL OU EN EQUIPE, PRISE DE CONSCIENCE DES PROBLEMATIQUES DE COMMUNICATION ET DE LEURS SOLUTIONS

Interventions effectuées au sein de nombreuses entreprises (*American Express, Natixis, Conseil Général de Bobigny, Vinci, GMF*)

2.1 Prise de parole en public :

Des techniques sont mises à disposition des orateurs appelés à prendre la parole pour acquérir une technicité, de l'aisance, de la confiance et du plaisir à s'adresser à leurs interlocuteurs.

Nous travaillons sur des techniques pour une prise de parole en public mais aussi une prise de parole filmée, enregistrée ou diffusée en direct.

Travailler sur la communication du message :

- la posture, le langage du corps, la voix
- la découverte et l'appropriation des 6 outils repères
- la pratique de la prévisualisation positive
- la dynamisation de l'intervention : « se lâcher pour donner envie »
- la théâtralisation de ses prises de paroles

Le coaching peut également se faire en groupe, il débute alors obligatoirement par une mise en jambe collective et un travail d'écoute afin de privilégier un climat de confiance. Le coaching en groupe permet par ailleurs de développer autant les potentiels individuels que les performances globales des équipes.

2.2 Improvisation théâtrale :

L'idée est par ce biais de développer l'esprit d'équipe, la créativité et les qualités oratoires des collaborateurs.

Comment ?

Dans un climat ludique et de bienveillance instauré, les participants travaillent progressivement les outils phares de l'improvisation, selon trois axes principaux :

- **la dynamique de groupe**

Elle crée un climat de confiance et de bienveillance, au travers de jeux et exercices qui permettent de se connaître ou se redécouvrir et d'expérimenter ensemble, au sein du groupe.

- **le travail en équipe**

L'improvisation fait appel à l'écoute, à la connexion entre soi et les autres et à l'interconnexion des idées entre elles.

Elle suppose la construction à partir de ce qui existe et aborde le partage du leadership.

Elle instaure un état d'esprit favorable au travail collaboratif.

- **la performance individuelle**

L'improvisation met au service des individus des outils concrets pour progresser dans son comportement et sa fonction : travailler sur sa capacité à remporter l'adhésion, apprendre à faire tomber les barrières de son interlocuteur, travailler sur son statut et sa posture.

Sans donner de leçons, l'improvisation permet de faire naître des prises de conscience chez les participants et d'expérimenter en situation certaines attitudes.

Elle permet d'agir à la fois sur le développement personnel et collectif, de faire travailler les équipes ensemble, de rendre plus fluides les relations entre collaborateurs, de développer ses compétences d'orateur, son agilité à s'adapter et de découvrir comment co-construire.

2.3 Mise en scène :

Nous utilisons les outils du théâtre tels que l'écriture et la mise en scène afin d'aborder et restituer des sujets, des problématiques, des questionnements.

Par groupes, les participants réfléchissent sur les problématiques abordées mais aussi sur leurs éventuelles solutions.

A partir de ces réflexions, ils écriront de courts scénarios qu'ils restitueront, sous forme théâtrale, en plénière.

Un ou plusieurs mobilisateur(s) stimule(nt) la réflexion, organise(nt) les idées, conseille(nt) dans l'écriture du scénario. Il(s) joue(nt) également un rôle de coach(s) dans le cadre des répétitions.

En fonction des objectifs à atteindre, le théâtre devient un outil pédagogique et ludique. Il permet de mobiliser l'intelligence collective, de mettre les participants en action en les faisant participer à la conception et l'écriture des scénarios, jusqu'à jouer le rôle des protagonistes pour élaborer et tester les pistes de solutions aux problématiques soulevées.

3. APPRENTISSAGE D'UNE LANGUE, D'UNE CULTURE A TRAVERS DES JEUX, DES EXERCICES ET UN TRAVAIL SUR SCENE

Interventions effectuées en Anglais et Suédois au sein de l'institut de langues *Berlitz* auprès de nombreuses entreprises, ainsi que pour *la Ligue de l'enseignement* en Anglais

Les outils liés à la formation de l'acteur seront utilisés afin d'introduire ou poursuivre l'apprentissage d'une langue de manière ludique, pédagogique, interactive et créative.

- Exercices corporels
- Exercices vocaux
- Improvisation individuelle ou en groupe
- Ecriture individuelle ou en groupe
- Mise en scène des textes rédigés
- Introduction à des textes d'auteurs
- Mise en scène de textes d'auteurs
- Possibilité de créer une restitution publique du travail et/ou à grande échelle un spectacle abouti pour tout public.

L'intervention ciblera l'apprentissage de la langue et sa culture à travers des exercices, un travail d'écriture et la découverte de textes. Par ailleurs, elle permettra aux stagiaires d'aborder un travail en équipe, un approfondissement de la confiance en soi ainsi que de découvrir le plaisir lié aux mots et à leurs formes d'expression.

Vidéo :

L'audiovisuel devient un outil de prolongation possible de ces différentes interventions.

Il peut être utilisé de différentes manières, selon l'objectif recherché :

Comme un outil d'exercice :

Possibilité de filmer votre intervention en début et fin de coaching afin de débriefer autour d'un visuel.

La vidéo peut être utilisée à cet effet dans le cadre d'un coaching individuel ou de groupe, sur des prises de parole dans l'intimité ou en public.

Comme une trace de votre travail :

Captation de votre travail d'écriture, de mise en scène et restitution sur scène des sujets, problématiques, questionnements abordés.

Possibilité de réaliser un reportage institutionnel dans ce sens.

Comme un exercice de mise en scène filmée :

Au lieu d'une restitution sur scène, il est également possible d'impliquer les collaborateurs dans la réalisation de vidéos (type courts métrages) sur les problématiques évoquées plus haut (partie 2.3 : « *Mise en scène* »).

Cette action nécessite une équipe d'encadrants plus importante.

Je travaille en étroite collaboration avec une équipe de réalisation audiovisuelle habituée à proposer ses services auprès d'entreprises pour divers types de contenus vidéos. Cette collaboration nous permet de répondre de manière agile et adaptée à vos besoins et envies.

Marion Denys

Coach, pédagogue

+33663696107

marion_denys@hotmail.com

