

FORMATION – DÉVELOPPER SA MÉMOIRE GRÂCE AUX TECHNIQUES THÉÂTRALES

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Expérimenter les techniques théâtrales de mémorisation
- Développer sa confiance en soi grâce à une mémoire infaillible



TOUT PUBLIC



PRÉSENTIEL, DISTANCIEL OU MIXTE
12 STAGIAIRES MAXIMUM



CONTACTEZ-NOUS POUR SÉLECTIONNER DES
DATES DE FORMATION



FORMAT CLASSIQUE :
1 COMÉDIEN FORMATEUR, SAYNÈTES EN VIDÉO,
JUSQU'À 3 MISES EN SITUATION.

2200 EUROS



FORMAT PREMIUM :
2 COMÉDIENS FORMATEURS, SAYNÈTES JOUÉES
EN LIVRE, JUSQU'À 5 MISES EN SITUATION.

3600 EUROS



AUCUN PRÉREQUIS N'EST DEMANDÉ POUR
PARTICIPER À CETTE FORMATION

MOYENS PÉDAGOGIQUES

- Saynètes
- Vidéos
- Apports théoriques et pratiques
- Mises en situation
- Echanges interactifs
- Présentation Powerpoint
- Plateforme LMS

Les moyens et supports mobilisés sont employés en fonction des besoins identifiés lors du questionnaire de positionnement.

Nos formateurs sont des experts de la thématique et reconnus dans le métier : consultez leur profil dans notre CVthèque accessible en ligne.

Certification non concernée

CONTENU DE LA FORMATION

Axe 1 – Découvrir les fondamentaux des techniques de mémorisation

Saynète introductive « Souviens-toi »

- Suivie d'un échange avec les participants

Exercices : Tester sa mémoire

- Exercice 1 : Mémoriser très vite
- Exercice 2 : Tester la fiabilité de sa mémoire

Apports pédagogiques

- Les piliers de la mémoire : la méthode « VIE »

Mise en pratique

Exercices de mise en pratique de la méthode VIE

- S'entraîner à visualiser
- S'entraîner à imaginer
- S'entraîner à ressentir des émotions

Axe 2 – Approfondir les techniques de mémorisation

Apports pédagogiques

- Les techniques de mémorisation
- Techniques SIC / TAC
- Exercices de mise en pratique de ces techniques

Axe 3 – Exploiter les techniques de mémorisation

Théâtre Action de la mémoire en sous-groupe

Utiliser les techniques de mémorisation et restituer en plénière sous la forme d'une saynète le travail fait en sous-groupe

Apports pédagogiques

Le danger de la multiplication des informations et l'importance de la sélection des informations

Conclusion

ACCOMPAGNEMENT POST FORMATION EN OPTION