En scène !

L'antistress à la mode de Paris

Le P'tit Hebdo: Bonjour Roger Sasportas, vous dirigez RS Management. Pouvez-vous nous présenter votre organisme de formation ?

Roger Sasportas : RS Management est un organisme spécialisé dans les formations telles que « prise de parole en public » ou « gestion du stress » notamment, en utilisant la pédagogie du théâtre.

LPH : C'est-à-dire ?

RS : Les stages que nous organisons dans le cadre du DIF (droit individuel à la formation) ou dans le cadre de la formation continue pour les salariés d'une entreprise sont animés par des comédiens professionnels/ formateurs dans de véritables théâtres à Paris.

LPH: La formation « prise de parole en public » rencontre un très grand succès qui a été relaté par la presse et dernièrement lors d'un JT national sur France Télévisions. Comment l'expliquez-vous ?

RS : Les stagiaires qui montent sur scène expérimentent immédiatement l'apprentissage qui est dispensé par le comédien/formateur, à travers des jeux de rôles et des mises en situations filmées. Cette approche pédagogique basée sur l'action rend la formation extrêmement concrète. De plus le théâtre a un impact très fort sur les participants car ils travaillent le mental en s'appropriant les techniques de l'acteur mais ils travaillent aussi avec leur corps, leurs émotions, leur personnalité, leur sensibilité. Le théâtre a la magie de transformer les individus et de les révéler autrement, de mettre en exergue les qualités de chacun. Les stagiaires se surprennent eux-mêmes et gagnent en confiance.

LPH : Vous évoquez un travail avec son corps. Quoi par exemple ?

RS : Les méthodes de respiration pour supprimer le trac et aussi le gestuel, le regard, la voix, la posture, la gestion des émotions...Tout ceci doit rentrer en cohérence (nous disons dans le théâtre en congruence) avec le verbal, l'articulation, le discours...Cette approche globale, à la fois verbale et comportementale, permettra à chacun d'être beaucoup plus convaincant lors d'un rendez-vous face à un client ou lors d'une présentation en public ou en réunion.

LPH : Qui sont vos clients ?

RS : Nous sommes partenaires de clients prestigieux comme Orange, American-Express, Crédit Agricole, Barclays, Yahoo ou Apple par exemple mais aussi de PME ou de cabinets d'avocats qui inscrivent leurs salariés à nos stages inter-entreprises (les participants viennent d'entreprises différentes) qui ont lieu tous les mois. Les salariés eux-mêmes peuvent utiliser leur DIF. Nous pouvons les renseigner à ce sujet.

LPH: Le stress est un autre sujet dont on parle beaucoup en ce moment ?

RS : Bien sûr la pression des résultats, les délais toujours plus réduits, les conflits dans les entreprises...tout cela génère beaucoup de stress pour les salariés. Et si ce stress est mal géré c'est dangereux. Là aussi le théâtre permet de simuler des situations stressantes et d'appliquer les méthodes issues du théâtre pour y répondre. Le théâtre porte un regard différend sur les choses et sur notre relation à l'autre. Il peut transformer un stress en énergie positive.

RS Management

sfot/ !wpj$qvc!??