

Améliorer sa prise de parole en public

Public concerné

- > Tout public

Durée

2 journées soit 14h de formation.

Pré-requis

Diagnostic préalable nécessaire : fiche individuelle d'analyse des besoins à compléter en amont

OBJECTIFS PROFESSIONNELS

- > Les bases de communication verbale, para verbale et non verbale
- > Maitriser les 5 points fondamentaux de la prise de parole en public
- > Gérer sa gestuelle et sa voix lors de prise de parole en public
- > Maitriser son stress et son trac
- > Pratiquer : mise en pratique filmée

PROGRAMME

Maitriser les différents modes de communication

- > L'impact de la communication verbale
- > L'impact des communications non verbale et para verbale
- > L'utilisation de la proxémie

Découvrir les 5 points fondamentaux de la prise de parole en public

- > L'importance du sourire
- > Les messages du regard
- > La maitrise du tonus de la voix
- > L'impact de la gestuelle des bras et des mains
- > L'utilité de la position corporelle au sol

Cas pratique : Prises de parole individuelle filmée, avec retour d'expériences et conseils individuels, sur les 5 points fondamentaux.

Améliorer sa prise de parole en public

Débriefing de la mise en pratique filmé

- > Retour du participant sur sa prise de parole
- > Retour du groupe
- > Retour du formateur avec conseils individualisés

Le feed-back sont toujours basés sur les qualités et les points forts de chacun, les axes d'amélioration sont proposés avec bienveillance.

Faire évoluer sa prise de parole

- > Le choix du vocabulaire
- > Les tournures de phrases,
- > La relance de l'échange,
- > Le feed-back constructif (proposer des améliorations sans blesser)

Cas pratique : Prise de parole individuelle filmée, avec retour d'expériences et conseils individuels au regard des objectifs de perfectionnement de chacun

Débriefing de la mise en pratique de perfectionnement

- > Retour du participant sur sa prise de parole au regard de ses objectifs
- > Retour du groupe
- > Retour du formateur avec conseils individualisés

Le feed-back sont toujours basés sur les qualités et les points forts de chacun, les axes d'amélioration sont proposés avec bienveillance.

Améliorer sa prise de parole en public

MODALITÉS DE LA FORMATION

Assistance et moyens pédagogiques

- > Description des différentes situations pédagogiques
- > Mises en situation

Supports pédagogiques

- > Support de formation
- > Exercices, autodiagnostic, questionnaire
- > Mise en situation et étude de cas pratique

Suivi de l'exécution et appréciation des résultats

- > Justificatifs permettant d'attester la réalisation des travaux demandés au stagiaire
- > Informations et données relatives au suivi de l'action, à l'accompagnement et à l'assistance du stagiaire
- > Évaluations formatives qui jalonnent ou terminent la formation

Une attestation de suivi et d'encadrement où figureront la durée des séquences et les dates d'évaluation pourra également être établie à l'issue de la formation.

CONDITIONS TARIFAIRES

Intra-entreprise :

A définir en fonction du nombre d'apprenants, de la personnalisation nécessaire, des frais de déplacement et des frais pédagogiques (reprographie, matériel)

Délai d'accès : « Notre organisme de formation s'engage à répondre sous 48h à toute demande d'information relative aux actions de formation. Une fois le contact établi, nous envisagerons conjointement la date la plus appropriée en fonction de vos besoins et de vos enjeux. Sauf cas particulier, la mise en place de la formation pourra se faire dans les deux mois suivant votre demande. »

Modalités d'accès handicap : Formations réalisées dans les locaux de l'entreprise ou de l'organisme de formation qui aura pris les dispositions. L'organisme de formation prendra les dispositions nécessaires en amont de la formation et en concertation avec l'entreprise et le stagiaire

Le + de la formation

- > Exercices pratiques individualisés
- > Jeux de rôles et exercices collectif
- > Utilisation du photolangage pour se surprendre