

FORMATION PRISE DE PAROLE EN PUBLIC

Validation de la formation

Attestation de formation

Public visé

Tout public motivé par l'envie de dépasser sa timidité et renforcer son aisance lors d'une conversation ou d'une présentation.

Toute personne ayant besoin de préparer et d'animer des réunions en présentiel ou à distance.

Durée

3 jours de formation soit 21 Heures à distance en VISIO

Délai d'accès

En INTER ou En INTRA

Calendrier à définir avec l'organisme lors de votre prise de contact

Lieux

A distance en VISIO

En présentiel :

Paris, Nice, Bordeaux : nous contacter

Tarifs

Formation en management d'équipe éligible Pôle Emploi ; OPCO ou CPF selon conditions

INTER & INTRA : devis sous 48h

Contact

Céline Chevallier,
Responsable pédagogique
Tél : 02 52 35 20 74

Compétences visées

- S'exprimer avec plaisir et aisance
- Convaincre à l'oral
- Improviser facilement
- Réagir aux objections

Objectifs de la formation

- Prendre la parole à l'oral en public en présentiel ou à distance
- Evaluer vos atouts et vos axes de progrès
- Maîtriser les schémas de communication, les croyances et les freins
- Repérer les styles de personnalité et adapter votre discours
- Professionnaliser votre communication verbale et non-verbale
- Anticiper et répondre aux objections avec vivacité et pertinence

Modalités et moyens pédagogiques

- 6 classes de 3H30 de classes virtuelles en VISIO + 7h de travail personnel
- Partage d'écrans; échanges de pratiques; alternance exposé + pratique

Modalités d'évaluation

- Evaluation formative : Exercices d'application; quizz interactifs
- Evaluation sommative : Quizz final; Etude de cas.

Pré-requis techniques

- Disposer d'un outil numérique avec caméra / son ainsi que d'une connexion Internet

Pré-requis pédagogiques

- Avoir un intérêt pour ce domaine et une première expérience idéalement
- Avoir renseigné les questionnaires de positionnement envoyés lors de l'inscription

Programme de la formation

INTRODUCTION : découverte originale des participants et du contenu de cette formation de prise de parole en public

Mieux vous connaître et évaluer l'image que vous renvoyez

Auto-évaluation de vos atouts et axes de progrès pour un être un bon "communicant"
Diagnostic des atouts et axes de progrès individuels avec la formatrice

Maîtriser les schémas de communication, les croyances et les freins à une communication inadaptée

- Savoir s'exprimer avec assertivité
- Repérer les déclencheurs de stress, leur intensité lors de votre prise de parole en public
 - Surmonter vos peurs, vos freins, vos croyances
- Repérer le style de personnalité de votre interlocuteur et adapter votre communication orale

Exercices : test DISC, description de comportements, sélection de mots forts pour convaincre

Dans cette formation prise de parole en public et expression orale, vous trouverez aussi des exercices sur la voix, le débit, le ton de parole.

Communiquer à l'oral avec aisance et influence

Utiliser une gestuelle adaptée pour donner vie et foi à son discours
S'exprimer avec une diction claire
Réguler sa voix et surmonter son trac
Exploiter ou créer des silences

Exercices : vire-langues, simulations filmées, exercices de respiration

Animer une réunion en présentiel ou à distance

Préparer votre réunion (fond, forme)
Maîtriser les options des outils de conférence téléphonique (lever de main...)
Maîtriser le groupe et maintenir l'intérêt (le regard en W)
Animer le tour de table et solliciter les participants
Présenter vos idées avec synthèse et de manière factuelle

Exercices : introduire une réunion, utiliser l'espace, création d'une carte mentale sur votre sujet, prise en main de la classe à distance, jeux de rôles

Programme de la formation

S'exprimer avec clarté, charisme et séduire avec le story-telling

Présenter des supports attractifs et s'exprimer avec la règle des 4 C

Convaincre en 5 minutes pour faire agir : le PITCH

Utiliser la technique du story-telling

Exercices : sélection de supports, rédaction d'un ordre du jour, rédaction d'un scénario, témoignage à présenter à l'oral avec la technique du story-telling

Participer aux débats et répondre aux objections

Les principes de la communication non-violente

Exprimer votre demande, questionner avec neutralité et faire reformuler l'autre

Savoir répondre avec assurance et tact

Exercices : réagir aux différentes attitudes ou remarques de participants avec la méthode OSBD

CONCLUSION : Quizz d'évaluation des acquis, résumé des acquis du groupe par une carte mentale, plan d'action individuel

***LE +** : nos participants apprécient dans cette formation de prise de parole en public que les outils et les contenus soient adaptés à leurs besoins personnels et/ou professionnels.*

Equipe pédagogique : nos formateurs et formatrices enseignent leurs techniques et astuces avec humour et bienveillance. Ils animent leur formation en expression orale auprès de scolaires, d'étudiants dans des universités ou auprès d'adultes en entreprises ou pour le secteur public.

En bref, cette formation prise de parole en public s'adresse à tous.

ACCESSIBILITÉ POUR TOUS

Nos formations à distance sont accessibles aux personnes en situation de handicap physique à la condition qu'elles puissent utiliser un ordinateur, une tablette et/ou un smartphone.

Renseignements sur votre accès à nos formations, vous pouvez joindre notre référente Handicap : **Céline Chevallier par courriel à formations@councelling.fr ou au 02 52 35 20 74.**

Siège social : 75 Bd Haussmann 75008 PARIS – Tél : 02 52 35 20 74 - www.councelling.fr

SIRET : 820 686 848 00020

N°DA 11756073075 – SAS AU CAPITAL DE 20 000, 00 € - RCS PARIS 820 686 848 – APE 7022Z TVA

INTRACOMMUNAUTAIRE FR 57 820686848