

Formation Prise de Parole en Public

Présentiel – Inter

SENSIBILISER – ACCOMPAGNER – FORMER



MODALITÉS

- 2 journées de formation : 14 heures
- Horaires : 9h00 – 12h30 / 14h00 – 17h30
- Format présentiel inter entreprises
- Inscription possible jusqu'à 15 jours avant le début de formation



TARIF

- Entreprise – Collectivité – Prise en charge OPCO : 1200€ HT soit 1440€ TTC
- Libéral/auto entrepreneur – prise en charge FIFPL : 900€ HT soit 1080€ TTC
- Hors frais de repas
- Pour une formation en intra, nous contacter pour un devis



PUBLICS CIBLÉS

- Managers
- RH/formateurs/consultants
- animateurs de réseaux
- Equipes commerciales

Plus simplement : toute personne souhaitant développer ses compétences en communication



PRÉ REQUIS

Aucun pré requis pour cette formation.



PÉDAGOGIE

- Remise d'un livret de développement personnel
- Jeux cadres Thiagi
- Game storming
- Technique de créativité
- Techniques du comédien
- Outils web
- Echanges de pratiques
- Cas pratique



ACCESSIBILITÉ HANDICAP

La prestation est ouverte à tout public. Acteurs&Cie s'engage à favoriser l'accès des personnes en situation de handicap à ses prestations. Pour tout besoin spécifique en termes de matériel ou d'accessibilité, veuillez contacter notre référente Handicap (Nadjima M'changama)

INDICATEURS DE RÉSULTATS

9,6

Taux de satisfaction / 10

9,7

Taux de recommandation / 10

280

Nombre d'apprenants

Témoignage

Excellente formation, format très efficace avec beaucoup de mises en situations qui force à affronter ses peurs.



CONTEXTE

Vous avez des difficultés à vous exprimer en public ou vous souhaitez être encore plus convaincant(e) ? Rassurez-vous, c'est difficile d'être impactant à l'oral. Cela requiert de maîtriser les différentes techniques de l'art oratoire afin de se mettre au service de son message.

Cette formation ludique et impliquante permet de créer de l'auto-bienveillance. (indispensable : on ne peut transmettre que ce que l'on possède). Grâce à l'outil théâtral et une réflexion poussée sur la notion de rôle social, elle permet de redonner du sens à des interactions souvent perçues comme stressantes.



OBJECTIFS

À l'issue de ces deux jours les participant(e)s seront capables de :

- Structurer leur pensée pour avoir un discours cohérent
- Savoir écouter pour adapter sa prise de parole en fonction des enjeux et de son auditoire
- Dédramatiser l'exercice en réglant son compte au trac / Reconnaître le stress, les émotions pour les apprivoiser
- Préparer efficacement leur interventions
- S'exprimer avec aisance et prendre du plaisir dans cet exercice



PROGRAMME

Cette formation permet à chacun de trouver sa singularité dans l'interprétation de son rôle professionnel. Il s'attache à concilier en permanence fond et forme qui sont indissociables.

Les participants prendront conscience à travers la progression pédagogique qu'ils pourront :

- Considérer la prise de parole comme une prise de pouvoir ET comme un service
- Admettre qu'ils sont à la fois le média ET une partie du message

Avant la formation - ENTRETIEN INDIVIDUEL

30 minutes

- Permettre aux participant(e)s de se projeter dans une dynamique d'apprentissage
- Recueillir les besoins et adapter la formation aux participant(e)s
- Recueillir une tendance d'énergie

Jour 1. Module 1 : Les fondamentaux de la prise de parole en public

- Le rôle
- Les mécanismes de la communication
- Les bonnes pratiques pour une prise de parole réussie
- Le public mon ami

Jour 1. Module 2 : Entrée en scène, je m'engage !

- Apprivoiser son stress
- Le Travail technique sur un texte : jeux avec la hauteur de voix, le rythme, l'articulation, l'adaptation du volume.
- Utiliser la contrainte temps comme une opportunité : savoir être synthétique
- Capitalisation de la mémorisation
- Écoute active et gestion des questions du public
-
- Jour 2 . Module 3 : Je donne vie à mon discours
-
- Le storytelling et ses étapes clés
- L'improvisation
- DOPER son histoire
-
- Jour 2 . Module 4 : Mise en pratique
-
- Échauffement
- Évaluation : chacun des participants sera évalué sur une prise de parole de 5 minutes devant les autres participants
- Bilan de formation

Les +

- Un livret de développement personnel sera remis à tous les participants qui suivront la formation.
- Vous échangerez sur vos pratiques et vos attentes, et vous ferez vivre vos propres prises de parole en public. Vous êtes ainsi invité(e) à venir avec des cas concrets, pour travailler sur vos besoins réels.

FORMATRICE



INGRID LEVIN : Comédienne et formatrice aux expertises plurielles : communication, théâtre

CONTACT

Marion Ferlin
Tél : 09 54 50 42 70
marionferlin@acteursetcie.fr

