Programme de Formation

PRISE DE PAROLE EN PUBLIC

Organisation

Durée : 14 heures

Mode d'organisation : Présentiel

Contenu pédagogique

Public visé

Toute personne souhaitant développer la confiance en soi et acquérir les fondamentaux pour être efficace en prise de parole en public .

Objectifs pédagogiques

- Se préparer et gérer son stress avant de prendre la parole en public.
- Trouver son identité d'orateur ou d'oratrice et l'incarner par le regard, le corps et la voix.
- Structurer et rythmer un discours.
- Répondre aux questions.

Description

Se préparer et gérer son stress

Utiliser la respiration ventrale.

Mettre en œuvre l'outil de la visualisation.

Trouver son identité d'orateur ou d'oratrice et l'incarner.

Décentrer son intention et créer un effet de conversation.

Identifier ses points forts et décrire son profil d'orateur ou d'oratrice.

Au travers d'exercices collectifs, gagner en confort pour oser regarder l'auditoire.

Faire résonner sa voix en activant les résonnateurs grâce à des exercices de placement et d'élocution utilisés en théâtre.

Adopter un niveau de posture adapté avec l'échelle des statuts utilisée en théâtre d'improvisation.

Repérer et gommer les gestes parasites et les tics de langage grâce à l'outil de l'enregistrement vidéo.

Structurer et rythmer un discours.

Structurer une réponse improvisée.

Structurer un discours en 4 étapes : accroche, métaphorisation, exemplification et argumentation.

Rythmer sa présentation avec 5 techniques d'accroche.

Valoriser sa présentation par un support efficace : les 5 réflexes du diaporama.

Répondre aux questions

Répondre aux questions quand on n'a pas toutes les réponses.

Répondre aux questions piège.

Répondre aux questions dans une langue qui n'est pas sa langue maternelle.

Prérequis

Aucun

Modalités pédagogiques

Méthode pédagogique active et expérientielle, en lien avec le contexte professionnel de l'apprenant. En plus d'un apport théorique , elle implique une démarche inductive. Le principe est, grâce à la mise en situation et l'expérimentation, d'explorer plusieurs postures pour découvrir, acquérir et ancrer les comportements adaptés et les bons automatismes. Les outils pédagogiques utilisés sont principalement celui du théâtre d'improvisation et ceux issus des méthodes de l'acting.

Moyens et supports pédagogiques

- Analyse de cas pratique
- Exercices avec implication physique utilisés en théâtre d'improvisation
- Jeux de rôles
- Support de formation au format pdf.

Modalités d'évaluation et de suivi

- Test de positionnement avant et après la formation.
- Test de compréhension.
- Mises en situation

Informations sur l'admission

L'accès à cette formation peut être initié par l'employeur, ou à l'initiative du salarié avec accord de ce dernier, au moins deux semaines avant le début de la formations. Il se déroule en 3 étapes :

➡️1 - Prenez contact avec nous en cliquant sur "Se préinscrire" ou via nos coordonnées :

Téléphone : 06 37 50 20 55 ou : contact@kolinkis.com.

Nous vous rappellerons et lors d'un premier entretien, nous prendrons en compte votre demande, vos besoins et répondrons à vos questions.

➡️2 - Nous enverrons à votre entreprise un bulletin d'inscription, un programme de formation complet et un devis.

➡️3 - Dès réception de votre bulletin d'inscription et acceptation du devis, nous éditerons votre convention. Après signature, votre inscription sera définitive.

Informations sur l'accessibilité

Pour permettre l'accès de cette formation aux personnes en situations de handicap, Hélène Morre, référent handicap de Kolinkis (à contacter à l'adresse formation@kolinkis.com) sera à votre écoute pour nous faire remonter les besoins d'adaptation.