L'aisance et l'impact à l'oral

OBJECTIFS

A l'issue de la formation, les participants seront en mesure de :

- Développer l'efficacité professionnelle des individus en situation de communication avec les autres
- Professionnaliser ses interventions orales face à des groupes de personnes internes ou externes à l'organisation
- Maîtriser les outils de communication verbaux et non verbaux

RÉSULTATS ATTENDUS

- Être à l'aise à prendre la parole public (situation personnelle et professionnelle)
- (Re)gagner confiance en soi
- Améliorer ses capacités communicantes et créatives
- Gérer son stress
- Maîtriser ses émotions en public
- Être plus performant et donner une image professionnelle et positive

PUBLIC

- Salariés, demandeurs d'emploi, particuliers, entrepreneurs et dirigeants, tout secteur confondu.

PRÉREQUIS

- Cette formation ne nécessite pas de prérequis.

MODALITÉ DE RÉALISATION DE LA FORMATION

- En présentiel, avec l'envoi de documents par mail en amont et tout au long de la formation

PROGRAMME

MODULE 1 : COMMENT OPTIMISER VOTRE COMMUNICATION ORALE

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Connaître les apports de la PNL et des neurosciences en matière de communication
- Définir et explorer les compétences majeures de la prise de parole en public
- Relever les comportements efficaces pour une prise de parole en public
- La gestion du stress et des émotions

PROGRAMME

- L'importance du non verbal et du para verbal
- Le placement, l'intonation le rythme de la voix et les techniques d'articulation
- Mobiliser sa posture, son regard, sa gestuelle et les expressions du visage
- Renforcer ses techniques de communication pour faciliter la réception du message
- Tenir compte du fonctionnement de l'être humain (filtres)
- Maîtriser son trac

- La synchronicité
- L'assertivité

MODULE 2 : COMMENT CAPTER L'ATTENTION DU PUBLIC

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Approfondir sa connaissance des compétences à adopter
- Construire un visuel
- Mettre en pratique et tester sa posture et ses savoir-faire en matière de prise de parole en public

PROGRAMME

- S'adapter aux différents contextes et gagner en sens de la répartie pour interagir efficacement avec les autres
- Structurer sa présentation
- S'appuyer sur des données tangibles et factuelles
- Construire un visuel
- Se présenter de manière synthétique
- L'art de l'accroche
- Être éloquent / Improviser sans en avoir l'air
- Les règles d'or d'une présentation réussie au niveau de la posture
- Gérer les objections

CONDITIONS D'ACCÈS A LA FORMATION

Les personnes doivent être motivées et accepter de remettre en question en terme de prise de parole.

MOYENS ET MÉTHODES UTILISÉS

Alternance avec des exposés théoriques et des exercices pratiques – essentiellement basé sur des mises en situation avec coaching individualisé en présentiel – renforcé par du coaching individualisé lors de présentations filmées et un feedback constructif vidéo. Certains exercices sont basés sur les techniques de l'acteur (théâtre).

Le stagiaire bénéficie d'une assistance pédagogique pendant 6 mois, à partir de la fin de la formation.

Cette formation est conçue pour un groupe de 8 personnes maximum. Elle alterne théorie, jeux de rôle, exercices pratiques. Le nombre restreint de personnes garantit la sécurité et le confort des participants, ainsi qu'un accompagnement vraiment individuel

ÉVALUATION DE LA FORMATION

- L'évaluation des acquis est réalisée tout au long de la session à travers un cas pratique à la fin de chaque module et de multiples exercices à réaliser.
- A l'issue de la formation un questionnaire d'évaluation à chaud pour le présentiel ou le distanciel et le relevé d'émargement
- Une assistante technique et pédagogique tout au long de la formation est dispensée.
- Une évaluation des effets de la formation est dispensée 3 mois après la formation.

La formation est sanctionnée par une attestation individuelle de formation.

DURÉE DE LA FORMATION ET MODALITÉS D'ORGANISATION

- 4 séances de 4H

DÉLAI D'ACCÈS

- Des sessions sont organisées tout au long de l'année, à raison d'une par trimestre.
- Les groupes

ACCESSIBILITÉ POUR LES PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

- Formations accessibles aux malentendants appareillés et aux malvoyants s'ils disposent de leur propre appareil de prise de notes, ainsi qu'aux personnes à mobilité réduite.

TARIF

- Prix : 1750 €

FORMATEUR

- **Raphaëlle Colombet**
Intervient depuis 10 ans dans la formation pour les interventions à l'oral

CERTIFICATION

- Career Consulting est certifié QUALIOPi.