

PERFECTIONNER SES INTERVENTIONS À L'ORAL

DÉVELOPPER SA CONFIANCE
GAGNEZ EN IMPACT DANS VOTRE
PRISE DE PAROLE



MODALITÉS

Durée : 2 jours (14 heures)

Intra entreprise

Présentiel

Tarif : nous contacter

PUBLIC

Tout public.

PRÉ-REQUIS

Aucun.

MÉTHODOLOGIES PÉDAGOGIQUES

Jeux de rôles / cas pratiques.

Échanges de bonnes pratiques.

Apports théoriques et entraînement actif fondé sur des exercices individuels proposés par l'animateur ou les participants.

Les exercices seront analysés collectivement et feront l'objet d'enregistrements vidéo.

Chaque participant formalisera son plan d'action et de progression, transposable dès le lendemain en entreprise.

LES OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Maîtriser les techniques d'expression orale pour captiver et convaincre.
- Structurer son discours pour gagner en impact.
- Gérer son temps de parole.
- Savoir gérer les imprévus.
- Travailler sa posture.
- Gagner en confiance.
- Gérer son stress lors de sa prise de parole.
- Repartir avec un rituel de prise de parole pour réussir durablement.

LES POINTS FORTS

- Un renforcement immédiat de votre impact en réunion grâce à des méthodes éprouvées pour structurer votre discours et captiver votre auditoire.
- Une assurance durable et naturelle obtenue par des exercices immersifs et des techniques de gestion du stress avec confiance.
- Une préparation à réussir en toutes circonstances.
- Un apprentissage concret, immédiatement transposable et transformateur.

MODALITÉS D'ÉVALUATION

Questionnaire préformation afin de recueillir les attentes.

Évaluations formatives durant la formation (questionnement, mises en situation et exercices).

Bilan de formation.

Formulaire d'évaluation de la formation.

Questionnaire de satisfaction.

ÉQUIPEMENTS RECOMMANDÉ

Pour offrir une expérience d'apprentissage optimale aux stagiaires, il est conseillé de prévoir un espace adapté incluant une salle équipée d'un vidéoprojecteur ou d'un écran pour la présentation, d'un paperboard et d'un aménagement approprié. Wifi accessible.

ACCESSIBILITÉ



Formation ouverte aux personnes en situation de handicap.

Pour toute précision contactez notre référent handicap :

referent-handicap@supalia.fr

Introduction et recueil des attentes

Préparer efficacement son intervention

- Identifier les caractéristiques et les attentes de son auditoire
- Analyser objectivement le contexte dans lequel on intervient
- Élaborer sa stratégie de communication : adapter son message à son auditoire
- Choisir et maîtriser les meilleurs supports visuels pour son intervention : paperboard, vidéo projection.

Maîtriser les techniques de communication : l'expression orale

- Le schéma et les canaux de communication.
- Les techniques de communication à déployer en prise de parole : communication non verbale, la posture oratoire, conjuguer ouverture, détente et sourire, la voix, le rythme, le timbre, le débit, les silences.

Se préparer à la prise de parole en public

- Se préparer psychologiquement : surmonter son stress, gagner en confiance.
- Se préparer physiquement.
- Réaliser et utiliser des notes « utiles » : les différentes étapes de cette préparation.
- Structurer son discours pour être impactant.
- S'entraîner à haute voix.
- Anticiper les imprévus.
- Découvrir le schéma narratif professionnel.

Déployer sa posture et les étapes d'une prise de parole avec assurance

- Savoir introduire pour capter son auditoire et conclure efficacement.
- Développer ses idées et convaincre : la force de conviction.
- Prendre conscience de ses atouts personnels.
- Mieux se cerner grâce à la vidéo.
- Transformer le feed-back des autres participants en valeur ajoutée.
- Réaliser un rituel de prise de parole en public pour réussir durablement.

Bilan des méthodes à appliquer

Les pépites à retenir pour soi-même.

Élaboration d'un plan d'action individuel.

Validation des attentes individuelles.



NOUS CONTACTER

formation-continue@supalia.fr

06 49 47 90 34

supalia

Etablissement principal
le Confluent - 4 rue Eugène Renault
94700 Maisons-Alfort

