



PRENDRE LA PAROLE EN PUBLIC

2 JOURS (7H) ▶ PRÉREQUIS : AUCUN ▶ PUBLIC : REPRÉSENTANT DU PERSONNEL



OBJECTIFS

- Apprendre à captiver l'auditoire et à dialoguer avec celui-ci
- Enrichir ses capacités de conviction et apprendre à s'exprimer avec une plus grande aisance
- Gagner en confiance et en efficacité dans les différentes situations de prise de parole
- Utiliser des techniques pour transformer ses émotions négatives (gestion du stress)



PROGRAMME

La préparation

- Définir le message précis à faire passer : « qu'est-ce que j'ai à dire »
- La préparation physique, émotionnelle et mentale
- Prendre conscience de l'importance du langage corporel (geste, attitude) et vocal
- Identifier ses propres appréhensions (trac, crainte d'être mal jugé, peur de mal faire...)
- Faire en sorte de se « libérer » l'esprit pour faire place à l'imagination ou à la synthèse

L'aisance

- Amener le stagiaire à apprivoiser ses nouveaux réflexes
- Jouer de ses gestes et attitudes et de sa voix
- Rechercher la simplicité et la sincérité dans le discours
- Comment créer le contact avec l'auditoire
- Se dégager de l'a priori et renvoyer à l'auditoire une image positive de lui-même

La cohérence

- Amener le stagiaire à identifier et à agir pour limiter l'espace entre « ce que je dis » et « ce qui est perçu et compris » par l'auditoire :
 - Exprimer ses propos avec justesse et leur donner du sens
 - Rechercher à être en phase constante avec l'auditoire
 - Rester « campé » sur son fil conducteur

La force de conviction

- Amener le stagiaire à se familiariser avec :
 - L'analyse de son auditoire : ses besoins et facteurs de motivation
 - Le contexte de la situation
 - La structure de son intervention
 - Les arguments à utiliser

L'improvisation

- Guider le stagiaire dans l'expérience de l'improvisation afin d'apprendre à faire face aux situations de doute, à l'imprévu ou aux objections de vos clients
- Accueillir les propos d'autrui et répondre aux objections avec assurance
- Transformer la « déstabilisation » en « rebond dynamique »
- Apprendre à mesurer ses réactions face à des clients aux propos peu clairs

L'enthousiasme

- Amener le stagiaire à trouver le « punch » nécessaire dans l'expression convaincante et motivante d'un discours
- Chercher à s'aligner dans la « spirale ascendante » du succès de son intervention avec :
 - La passion à transmettre (quel que soit le thème de l'intervention)
 - Le plaisir à échanger avec l'auditoire
 - L'humour juste et la complicité à faire passer

Axe de progrès

Mettre en place un plan d'action personnel

► Modalités & méthodes pédagogiques

- Locaux adaptés au groupe
- Des ateliers de réflexions collectifs et individuels (Mises en situation, lecture de textes, exercices corporels et vocaux issus du théâtre, théâtre d'improvisation)
- Des échanges et analyses de pratiques entre stagiaires
- Des exposés théoriques
- Des supports pédagogiques remis aux stagiaires

► Modalités d'inscription

- Délais d'inscription : jusqu'à 72h avant sous réserve de disponibilités

► Accompagnement

- Dispositif d'accompagnement prévu selon les parcours (analyse des besoins et des contraintes d'entrée, suivi administratif, suivi de la progression pédagogique, bilan intermédiaire, régulation si nécessaire)
- Accompagnement technique et pédagogique sur les modalités distancielles

► Modalités d'évaluation

- Des exercices pratiques seront réalisés tout au long de la journée pour mesurer les acquis
- Une fiche de satisfaction sera complétée en fin de formation par les stagiaires
- Une évaluation des acquis en fin de stage et une évaluation à 3 mois pour mesurer la mise en application



ANIMÉE PAR

- Maryline RIGAUDEAU, formatrice en communication & ateliers théâtre en entreprise
- Ou profil équivalent

COÛT DE LA FORMATION

- Adhérent : 340 € net/jour/stagiaire**
- Non adhérent : 440 € net/jour/stagiaire**
- Tarifs hors frais annexes et repas

LIEUX ET DATES 2024

- Cholet > Jeudi 30 mai**
- Cholet > Vendredi 31 mai**
- 9h-12h30 / 14h-17h30**

Parking gratuit - Sites desservis par les transports en commun - Salles de formation accessibles aux personnes en situation de handicap ou à mobilité réduite. Possibilité d'adapter les moyens pour les personnes en situation de handicap (contact : Vincent Leprince - Tél : 07 66 44 72 94 - Mail : v.leprince@cezampdl.fr)

Déclaration d'activité formation enregistrée sous le n°52 44 07187 44 auprès du Préfet de région des Pays de la Loire. Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État. Agréé Formation économique des membres du CSE. Liste arrêtée par le Préfet des Pays de la Loire le 17 septembre 2021.