

FAIT À PARIS , LE 07/01/2025

PRISE DE PAROLE EFFICACE

PROGRAMME DE LA FORMATION

Débuter et gagner en confiance à l'oral

OBJECTIF(S) PEDAGOGIQUE(S) :

- *Améliorer son storytelling*
- *Réaliser des présentations visuelles avec impact*
- *Délivrer des présentations convaincantes*
- *Structurer son discours,*
- *Améliorer sa confiance en soi et ses techniques oratoires.*

PUBLIC VISE :

Toute personnes ayant...

Les personnes en situation de handicap souhaitant suivre cette formation peuvent, si elles le souhaitent, nous contacter directement afin de vérifier la comptabilité de nos outils avec ceux qu'elles utilisent.

Pré requis :

Aucun prérequis particulier en dehors des exigences internes de l'entreprise cliente vis-à-vis de ses employés.

Durant la formation les stagiaires apprendront à :

- . *Prendre la parole en public (présent en salle ou à distance)*
- . *Avoir un discours clair et structuré dans le cadre professionnel*
- . *Avoir une posture « stabilisée »*
- . *Poser sa voix*

A l'issue de la formation ils auront compris :

- . *Les techniques de base de la prise de parole en public*
- . *Une amélioration de leur confiance dans leur technique oratoire*
- . *La capacité à préparer et présenter un exposé professionnel à l'oral*

DATES, DUREE ET MODALITE D'ORGANISATION :

Dates des formations :

Durée : 2 jours consécutifs

Horaires : 9h-12h30 puis 14h00-17h30

Organisation en : présentiel / distanciel

Taille du groupe : 10 maximum

DÉROULÉ / CONTENU DE LA FORMATION :

Apport des notions de base (posture, voix, contenu)

- Les 3 piliers de la prise de parole : le contenu, la voix et la posture
- Théorie de Mehrabian (7% 38% 55%)
- CIA ? Contexte + Intention + Angle
-

Désinhibition

- Préparation d'un court exposé oral (passion, hobby, engagement)
- Passage individuel, retours personnalisés en soulignant les points forts et des suggestions d'amélioration
- Les qualités d'éloquence de chacun sont valorisées

Focus sur le stress et approche de dédramatisation

- Tour de table pour objectiver les principales raisons individuelles conduisant au stress avant et pendant une prise de parole
- Ecrire une lettre au stress, la lire avec intention

Mise en confiance et exercices graduels pour arriver à une présentation complexe et réussie

- Différents exercices seront proposés (comme « l'avocat du diable » : défendre un point de vue pour lequel on n'est pas favorable ou convaincu)
- Passages individuels et retours personnalisés

Le Powerpoint, votre meilleur allié désormais

- Exposé théorique reprenant les conseils utiles à l'élaboration d'un travail qui sera efficace lors d'un passage oral (avec intention et conviction)
- Mise en pratique (proposez-nous un court Powerpoint impactant en référence à l'une des présentations faites depuis le début du module)
- Passages

Parler en groupe : des clés pour se démarquer

- Apports théoriques (« you will never walk alone », mise en valeur des pratiques utiles et valorisantes)
- Division en sous-groupes (4 participants par exemple) Préparation d'un Powerpoint collectif sur un thème à définir d'un commun accord et soutenance de groupe

Feedback individuel

- Proposition de plan d'actions que chaque participant formalise par écrit
- Références pour approfondissement (sites, livres conseillés)

METHODE PEDAGOGIQUE EMPLOYÉE :

Expérimentation sur la base de situations en lien avec les pratiques des participants, de cas pratiques permettant de valider les acquis et d'exercices concrets.

MOYEN D'ENCADREMENT :

Votre formateur dispose de toutes les compétences techniques et l'expérience nécessaires à l'enseignement de cette formation.

Le formateur et les encadrants peuvent être contactés tous les jours de 9h à 18h par mail à contact@thebigfactory.fr

LES MODALITES D'ADAPTATION PEDAGOGIQUE :

- Apport théorique descendant
- Exercices individuels de prise de parole
- Exercice collectif de prise de parole
- Ateliers d'échanges test & learn
- Mise en situation répétées durant la formation
- Répartition pédagogique: 70 % de pratique, 30 % d'apports théoriques
- La participation active et l'expérimentation des participants sont privilégiées
- Exercices pratiques, outils d'analyse,
- Les apports méthodologiques sont illustrés d'exemples puis application en situation.
- Passage de plusieurs vidéos de référence (formation, exemples significatifs, TED et TEDx)

MOYENS PEDAGOGIQUES, SUIVI ET ÉVALUATION:

AVANT LA FORMATION

Pré-évaluation des participants pour sonder les attentes, diagnostiquer les besoins avant la session et adapter le contenu.

PENDANT LA FORMATION

Formation interactive et rythmée. Les différentes étapes seront appuyées par des outils et illustrées par des exercices pratiques inspirés des situations rencontrées par les participants.

Autoévaluations régulières à l'oral tout au long de la journée.

Extranet/Plateforme d'E-Learning mise à disposition pour l'accès aux supports pédagogiques, documents et évaluations.

APRÈS LA FORMATION

Échanges de fin de formation, formulaire d'évaluation des compétences et de satisfaction pour évaluer la qualité de la formation, l'assimilation des concepts, collecter les avis et suggestions d'amélioration.

PERSONNALISATION :

Selon les spécificités des personnes formées, nous adaptons la formation à des projets précis ayant cours dans l'entreprise et pris en main par les salariés.

Nous organisons au préalable un rdv physique ou téléphonique entre le commanditaire et le formateur afin de définir précisément les objectifs de l'entreprise cliente.

COUT PEDAGOGIQUE ENTREPRISE :

Budget à définir selon le nombre de jours pour une première formation en distanciel ou présentiel sur la base d'un programme ad hoc adapté spécifiquement au besoin de l'entreprise et des stagiaires.

A partir de l'inscription, le montant reste dû en cas d'annulation ou d'absentéisme du stagiaire ou de suspension du projet de formation ; ce montant couvre les frais d'animation et de mise à disposition du matériel pédagogique.