

PROGRAMME DE FORMATION

“LA PRISE DE PAROLE EN PUBLIC”

Objectifs de la formation :

- Gagner en aisance et en impact à l’oral.
- Préparer vos interventions avec méthode et efficacité.
- Gérer votre trac et maîtriser votre voix et votre posture.

PUBLIC CONCERNÉ :

Toute personne souhaitant se préparer à une prise de parole en public ou à une présentation orale.

PRÉ-REQUIS :

Aucun

POSITIONNEMENT :

Échanges par mails, téléphone ou rencontre physique.

MODALITÉS D’ORGANISATION :

Durée : 14 h en présentiel

Possible à distance.

Horaires : 9 h 00 – 12 h 30 / 13 h 30 – 17 h 00.

Dates de la formation : à définir ensemble. (sous 3 mois maximum)

COÛT DE LA FORMATION :

800,00 € / personne ou
1 600,00 € groupe 12 pers max

Financement OPCO possible

Trouvez le vôtre !

*Organisme non soumis à la TVA, Art. 261.4.4 a du Code général des Impôts

Contenu :

1. Se préparer efficacement et maîtriser son trac :

- Identifier son objectif selon le public.
- Préparer son argumentation.
- Anticiper les questions, les contre-arguments des interlocuteurs.
- Visualiser sa réussite.

2. Gagner en assurance :

- Les techniques de respiration.
- Modulation, intonation de la voix.
- Réussir son ancrage pour instaurer la confiance.
- Trouver le support qui vous convient.

3. Les techniques :

- Capter l’attention de son auditoire.
- Affirmer sa posture.
- Maîtriser la durée de sa présentation.
- Les techniques de reformulation.

4. Mises en pratique :

- Exercices de mise en situation à partir de différents scénarios.
- Préparation de supports.
- Trouver les mots impactants.

Modalités d’assistance pédagogique :

- Documents supports de formation projetés et remis aux stagiaires.
- Travaux pratiques et mises en situations.
- Focus sur l’utilisation d’outils d’IA générative.

Modalités d’assistance technique :

- Possibilité nous joindre par téléphone ou mail.

Modalités d’évaluation :

- Évaluation des compétences acquises via un questionnaire en ligne intégrant des mises en situation.

Moyens techniques :

- Paperboard, vidéoprojecteur, accès à des outils et ressources en ligne.
- Formation nécessitant un ordinateur.