

Oser prendre la parole en public

Les fondamentaux



Objectifs et compétences visées

- Développer ses compétences relationnelles pour être plus performant à l'oral
- Améliorer sa communication et mieux connaître son mode d'expression
- Savoir mieux gérer ses émotions et prendre du recul

👤 Publics

Toute personne amenée à prendre la parole en public

📋 Pré-requis

Cette formation ne nécessite pas de pré-requis

🕒 Durée

2 jours, soit 14 heures – En présentiel

📅 Dates

➤ Les 30 et 31 mai 2018 / Paris

➤ Les 25 et 26 avril 2019 / Paris

Formation pouvant être organisée en Région, en inter ou en intra dans votre structure

👥 Nombre de participants

7 à 12 personnes

💰 Prix de la formation

En inter : 600 € pour les salariés

et 200 € pour les bénévoles dans la limite des places disponibles

En intra : tarif de groupe, nous consulter



Programme détaillé

Identifier et analyser les situations de prise de parole dans le contexte professionnel

Connaître les principes de la communication

- 🕒 Le schéma de la communication, les principes et les obstacles
- 🕒 Les principes de la communication verbale et non verbale

Préparer ses interventions orales

- 🕒 Les questionnements préalables : publics, objectifs, attentes...
- 🕒 La préparation de la forme et du fond du message
- 🕒 L'anticipation des « questions pièges »

Entreprendre des relations professionnelles à partir de ses qualités relationnelles

- 🕒 Développer ses capacités d'échange et d'expression
- 🕒 Apprendre à se sentir à l'aise dans les situations de travail et d'entretien

Communiquer dans les différentes situations professionnelles et prendre de l'assurance

- 🕒 Apprendre à écouter et tenir compte de l'avis d'autrui
- 🕒 Prendre la parole et faire part de ses remarques devant les autres pour construire une relation durable
- 🕒 Adopter une attitude d'ouverture dans une équipe de travail ou en entretien
- 🕒 Répondre aux questions embarrassantes

Idée parcours

Modules complémentaires :

46 Travailler en équipe en prévenant les conflits

50 Prévenir et gérer les situations d'agressivité



Méthode pédagogique

- 🕒 Apports méthodologiques et théoriques
- 🕒 Mises en situation et jeux de rôle. Chaque exercice est suivi d'une analyse en grand groupe

☑ Validation et évaluation tout au long de la formation : quiz, synthèse orale et reformulation, mises en situation, plan d'action personnalisé... Une attestation de fin de formation sera remise à chaque participant.