

SAVOIR PARLER EN PUBLIC



La prise de parole en public est un **exercice difficile**. Pour devenir un.e **bon.ne orateur.trice**, il est fondamental de connaître les techniques les plus efficaces. Comment **capter l'attention** de son public ? Comment faire passer ses idées ? Comment obtenir **l'adhésion** ? Cette formation propose outils, entraînements et feed back pour s'initier à la prise de parole en public ou pour se perfectionner.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES



ENJEUX

- ⇒ Savoir se faire comprendre
- ⇒ **Savoir convaincre**
- ⇒ **Etre à l'aise pour parler en public**

OBJECTIFS, être capable de :

- ⇒ **Structurer une prise de parole** dynamique et à son image
- ⇒ **Accompagner le stress** pour ne pas perdre ses moyens
- ⇒ **Présenter sans lire**

MOYENS PÉDAGOGIQUES

- ✓ Formateurs **guides experts**
- ✓ **Co formation**: personnalisation, co-design, intelligence collective
- ✓ **Pédagogie pratique** : intégration des problématiques opérationnelles des stagiaires
- ✓ **Dynamique ludique** : jeux de rôles, jeux inédits; rythmes et activités variés, dynamiseurs
- ✓ **Excellence**: référentiels de connaissances et compétences exigeants

FORMATEUR.E.S

- ✓ Mélusine HARLÉ, Docteure en sciences de la communication, sémiologue, experte en compétences psychosociales, management, innovation et promotion de la santé

PROGRAMME



Module 1 | Être acteur de sa formation (1h)

- Se rencontrer
- Définir les règles du jeu
- Exprimer besoins, attentes, objectifs
- Affiner collectivement les dominantes, rythmes et approches pédagogiques de la formation

Module 2 | Etre un bon orateur (3h)

- Jeu de rôle introductif : première prise de parole (30 mn)
- Présentation interactive : reflexes et techniques pour impressionner son oratoire (30 mn)
- Jeux de rôles : l'art de la citation, du chiffre, de l'image et de la question (1h30)
- Mapping collectif (30 mn)

Module 3 | Structurer sa prise de parole (3h)

- Jeu de rôle introductif : premier discours (30 mn)
- Présentation interactive : choisir sa structure, son rythme, ses étapes et ses mots clés (30 mn)
- Jeux de rôles : faire un pitch, faire un discours de 10 mn, intervenir en réunion (1h30)
- Mapping collectif (30 mn)

Module 4 | Accompagner le stress (3h)

- Jeu introductif : stress moi (30 mn)
- Présentation interactive : connaître et gérer le stress (30 mn)
- Mises en situations de stress et entraînements à sa gestion : respiration, pleine conscience, TIPI, projection mentale (1h30)
- Mapping collectif (30 mn)

Module 5 | Savoir présenter sans lire (3h)

- Jeu de rôles : présenter sans lire un texte papier (15 mn)
- Présentation interactive : techniques pour parler sans lire un papier (15 mn)
- Entraînement (1 h)
- Jeu de rôles : présenter sans lire son power point (15 mn)
- Présentation interactive : techniques pour parler sans lire un papier (15 mn)
- Entraînement (1 h)

Module 6 | Évaluer et célébrer (1h)

- Retour sur les attentes
- Évaluation des connaissances et compétences
- Évaluation de la formation
- Célébration et surprise de fin

MÉTHODES D'ÉVALUATION

- ✓ Observations répétées des réflexes comportementaux en mises en situations professionnelles

INFOS PRATIQUES

PUBLICS

Tous publics.

PRÉ-REQUIS

Avoir de la **motivation** à participer, un **besoin de perfectionnement** spécifique, un **projet**.

DURÉE

2 jours, 14 h

TARIFS ENTREPRISES

1 200 €HT/ inter
3 449€ HT/ groupe intra

TARIFS ASSOCIATIONS ET

TPE
900 €/inter

LES +

- ✓ Formations **personnalisées** disponibles à **distance**
- ✓ Supports, fiches mémos, affichettes et guides de références **offerts**
- ✓ **Compatible** avec les *certifications Habile*



Pour plus d'informations : 06 85 51 24 63 – contact@habileconseil.com