

RÉUSSIR TOUTES SES PRISES DE PAROLE EN PUBLIC

Public

Entre 6 et 12 participants. Cette formation très pratique s'adresse à toute personne désireuse de prendre la parole en public avec aisance, clarté et plaisir pour plus d'efficacité : managers, ingénieurs, dirigeants, chefs de projet ...

Prérequis

Aucun prérequis.

Objectifs

A l'issue de la formation, les participants seront capables prendre la parole en confiance, autour d'un message structuré et convaincant qu'ils auront travaillé en formation.

Plus précisément, ils sauront :

- Maîtriser leur trac, renforcer leur confiance, être plus à l'aise
- Augmenter leur impact à l'oral, gagner en force de conviction
- Concevoir et structurer leur intervention
- Maîtriser leur langage corporel
- Adapter leur communication aux diverses situations professionnelles : pitch, présentation de projet, discours, entretien...

Formatrice

Cette formation est animée par Lydia Hirtz, Psychologue.

Modalités pratiques

2 à 3 jours sur site.

Validation

Afin de vérifier l'atteinte des objectifs de cette formation, les modalités suivantes sont prévues :
Durant la formation : exercices, ateliers, entraînements filmés et debriefs avec le groupe.

Il est vivement conseillé de compléter les deux premières journées par une troisième journée quelques jours plus tard pour soumettre les présentations qui auront été travaillées individuellement, mesurer ainsi la mise en pratique des acquis de la formation, partager avec les pairs les bonnes pratiques et les compétences renforcées. Un bilan à chaud à la fin du dernier jour ainsi qu'à deux mois après la formation permettent d'évaluer l'atteinte des objectifs.

Méthodologie

Des **stagiaires acteurs de leur formation** : questionnaire en amont pour coller au plus près des réalités et des attentes de chacun, retours de terrain, partages d'expériences et de bonnes pratiques.

Une **pédagogie participative** (mises en situation, ateliers, études de cas) portée par une dynamique de groupe porteuse (groupe entier, travaux en sous-groupes).

Une **pédagogie pragmatique** (mise en situation, fiches méthodes).

Une **approche vivante et ludique** centrée sur l'expérimentation, l'échange de pratiques, l'alternance de temps collectifs et individuels.

Remise d'un livret pédagogique et de ressources pour aller plus loin.

Déroulé

Jour 1

Découvrir les bases de la rhétorique

Comprendre les enjeux et processus à l'œuvre dans une situation de prise de parole

Autodiagnostic : repérer ses compétences et ses difficultés, ses propres facteurs de stress

Apprendre à gérer son appréhension

Connaître les leviers de la persuasion

Jour 2

Acquérir les techniques pour questionner, relancer, recadrer

Maîtriser son propre langage verbal et non verbal

Construire son argumentation en fonction de son auditoire

Parler juste et faire court

Maîtriser la puissance des émotions et l'impact du langage non verbal

Maîtriser la gestion du temps

Savoir accueillir les imprévus et les situations délicates

Prix

Formation inter : 2 jours -> 1400 euros - 3 jours -> 2100 euros

Formation intra : Forfait 2 jours -> 2700 euros - Forfait 3 jours -> 3750 euros (12 pers. maximum)

Les tarifs sont euros HT et hors frais annexes (location salle, restauration ...)

Lieu

Bordeaux - Les dates et le lieu précis seront indiqués sur la convocation.

Contact

Pour en savoir plus : ☎ 06 87 73 42 23 - @ lydiahirtz@loya.fr - www.loya.fr

Délai d'accès

L'organisme de formation Loya s'engage à répondre en 48h à toute demande d'information relative aux formations proposées. Après un premier échange autour de vos besoins et attentes, nous envisageons ensemble le format et la date qui vous conviennent le mieux. La mise en place de la formation pourra se faire dans le mois suivant votre demande, sauf cas particulier.

Accessibilité / Handicap

Nos formations sont ouvertes à tous les publics, et ont lieu dans des locaux "Accessible PMR". Selon les situations de handicap qui pourraient se présenter, nous vous invitons à prendre contact avec nous en amont de la formation, afin d'adapter au mieux la pédagogie proposée. Dans le cas où nous ne serions pas en mesure de vous accueillir, nous avons dans notre liste de partenaires l'Agefiph vers lequel nous pourrions vous orienter.

