Programme de Formation

La prise de parole en public

Organisation

Durée : 21 heures

Mode d'organisation : Présentiel

Contenu pédagogique

Public visé

Toute personne francophone amenée à prendre la parole devant un auditoire

Objectifs pédagogiques

Comprendre les mécanismes de la communication devant un groupe
Acquérir les techniques et outils de communication issus de la pratique théâtrale
Gérer sa communication non verbale et son émotivité grâce aux techniques de gestion du stress
Construire et mettre en valeur son message et gagner en pertinence
Répondre efficacement aux questions et improviser au cours d'une prise de parole
Savoir s'exprimer en public avec aisance et conviction

Description

Comprendre la communication
Définition
Le schéma de communication (émetteur, récepteur, rétroaction)
Les différentes formes de communication (verbales, non verbales, para verbales, le silence, la proxémique)
L'intelligence émotionnelle

La communication efficace
La confiance en soi
Etre congruent (en accord avec soi-même)
Etre assertif (savoir s'affirmer de manière positive)
Les critères d'un bon feed-back
La synchronisation (se mettre en harmonie avec un auditoire)
L'ancrage (l'ancre est un stimulus qui suscite une réaction positive)
Les recadrages
Gérer son stress
Comprendre le trac

Les qualités d'un bon orateur
Structure de l'intervention
Construire un plan
Faire des fiches

La présentation assistée par ordinateur

La voix

L'intonation

L'articulation

Le débit

La respiration

Le langage du corps

Le regard

Parler avec son visage

La gestuelle

Prérequis

Aucun

Modalités pédagogiques

Une pédagogie active est mise en place tout au long de cette formation. Cette pédagogie favorise la compréhension des exposés théoriques, l'échange de pratiques et de points de vue.

Réalisation de travaux pratiques sous forme d'atelier en petit et grand groupe et temps d'échanges/restitution

Analyse de situations par les participants, réflexions individuelles et collectives et mutualisation de bonnes pratiques

Moyens et supports pédagogiques

Salle de formation adaptée à la pédagogie pour adultes munie d'un vidéo projecteur et d'un tableau blanc

Visionnage de supports numériques : PDF, e-books, présentations PowerPoint, vidéos

Support de formation/ressources documentaires mis à disposition du stagiaire dans son espace extranet

Modalités d'évaluation et de suivi

Fiche d'évaluation de satisfaction à compléter

Evaluation formative au long cours de la formation au moyen de mises en situation, d'exercices pratiques réalisées sous la responsabilité du formateur