

Parlez en public en toute confiance !
Préparer sa prise de parole en public

Programme de formation en présentiel

Objectifs pédagogiques et contenu de formation

1) Rédiger un contenu attractif et convaincant

- Etudier le contexte de l'intervention pour optimiser l'efficacité de son message : se poser les bonnes questions.
- Préparer son exposé :
 - définir son objectif
 - construire son argumentation
 - capitaliser sur les temps forts de l'intervention
 - simplifier et structurer
 - utiliser les outils destinés à capter l'auditoire

Exercices individuels

2) Utiliser les outils non verbaux pour donner un impact à son message verbal

- Analyser et identifier ses atouts.
- Utiliser sa posture, ses gestes, sa voix, son regard.
- Mettre du relief dans son discours pour lui donner de l'impact.

Exercices brefs de prises de parole avec retour du groupe.

Exercices pratiques d'entraînement au non verbal.

3) Gagner en assurance

- Connaître et maîtriser les clefs pour surmonter le trac.
- Visualiser le succès de son intervention.
- Se préparer physiquement et mentalement.

4) Cas pratique individuel : préparer sa prochaine intervention.

5) Mises en situation filmées.

Objectifs :

- Mettre en scène tout ou partie de son intervention (étape 4), en utilisant les outils vus pendant la formation.
- Obtenir du groupe un retour sur les points forts et les axes d'amélioration.
- Augmenter sa confiance en soi.

Entraînement intensif

Objectifs de formation :

A la fin de la formation, chaque stagiaire sera capable de :

- ✓ élaborer avec méthode le déroulé de sa prise de parole en public,
- ✓ exprimer un message clair qui sera entendu,
- ✓ utiliser les atouts à sa disposition pour capter son auditoire,
- ✓ mettre en œuvre des stratégies pour surmonter le stress de parler en public.

Public visé : cadres, managers, élus, toute personne ayant à prendre la parole en public.

Prérequis : pas de prérequis, niveau débutant.

Organisation et fonctionnement de la formation :

Dates : 14 et 15 mars 2018

Durée totale : 2 journées, 14 heures

Horaires : 9h-12h30 / 14h-17h30

Rythme : en continu

Mode d'organisation pédagogique :

présentiel en inter-entreprises

Lieu de formation : ConvivEssens, 199 rue Hélène Boucher, Parc Mermoz, 34170 Montpellier-Castelnau

Nombre de stagiaires : min 3 - max 8

Tarif :

- Financement entreprise : 375 € / jour soit **750 €** nets de taxes/personne **pour 2 jours** (possibilité de financement à étudier avec votre OPCA)
- Financement à titre privé : 240 € /jour soit **480 €** nets de taxes/personne **pour 2 jours.**

Moyens pédagogiques et techniques mis en œuvre

- ✓ **Moyens pédagogiques** : support de cours sous forme de fiches action.
- ✓ **Moyens techniques** : ordinateur, salle équipée d'un vidéoprojecteur et d'un paperboard (tableau papier et marqueurs) et de tables pouvant être facilement déplacées pour les mises en situation. Appareil muni d'une caméra numérique.

Moyens d'encadrement

- ✓ **Nom, titres et qualités de la formatrice, responsable pédagogique** : Cécile Molliet, gérante de ConvivEssens, formatrice titulaire d'un Master en management et commerce international (Groupe INSEEC, 1995). Expérience professionnelle de plus de 20 ans en entreprises, en France et à l'étranger. Domaines : supply chain, service clients, satisfaction clients. Expérience de plus de 11 ans dans le management d'équipe multiculturelles et multigénérationnelles. Ingénieure formation et animatrice formation depuis 2013.

Moyens permettant le suivi et l'appréciation des résultats

- ✓ **Suivi de l'exécution** : feuilles de présences signées des stagiaires et du formateur par demi-journée et attestation d'assiduité individuelle.
- ✓ **Appréciation des résultats** :
 - Evaluation formative continue durant la formation :
 - Questionnement oral à la fin de chaque module de façon à vérifier l'acquisition des concepts
 - Mises en situation, dont une filmée pour chaque stagiaire (suivant son accord), cette dernière lui étant remise par envoi numérique.
 - Questionnaire individuel de satisfaction à chaud, en fin de formation
 - Questionnaire individuel d'évaluation de l'impact de la formation à renvoyer à 2 mois
 - Remise d'une attestation de fin de formation individuelle

Chaque stagiaire reçoit en amont :

- ✓ un **livret d'accueil** contenant toutes les informations nécessaires au bon déroulement de sa formation.
- ✓ un **questionnaire sur ses besoins et attentes**, de façon à ajuster les apports et exercices, dans la mesure du possible.

Toutes nos formations sont construites au regard de notre **expérience terrain**. Très **pragmatique** et orientée **terrain**, notre animation se fait principalement de façon **inductive** à l'aide d'**ateliers collaboratifs et créatifs**.