

PROGRAMME DE FORMATION

La prise de parole en public

« La qualité de l'expression verbale est d'être claire sans être banale. »

ARISTOTE

Définition

La prise de parole en public est un processus. Son objectif principal est de diffuser un message efficacement pour informer ou convaincre. Prendre la parole, ce n'est pas seulement s'exprimer, c'est captiver !

Public

Dirigeant, manager, chef de projet et toute personne amenée à prendre la parole dans un contexte professionnel.

Nombre de participants

Individuel ou collectif (12 participants maximum)

Prérequis

Aucun prérequis.

Durée

2 journées (adaptable en fonction du besoin).

Objectifs pédagogiques

- Maîtriser les techniques efficaces de présentation
- Adopter un discours fluide et authentique
- Gérer son stress et ses émotions
- Prendre confiance en soi et en ses capacités oratoires

Compétences acquises

- Préparation efficace d'une intervention orale
- Maîtrise du trac
- Mise en scène de son allocution
- Adaptation automatique à l'audience

Organisation

Intervention en entreprise ou au Mix coworking de Tassin la Demi-Lune (l'ensemble des locaux est classé ERP). Visioconférence possible, sur une partie du programme.

Programme pédagogique

1. Préparer son intervention efficacement
 - Identifier son objectif de communication
 - S'adapter à son public
 - Diffuser un message clair
2. Gagner en impact personnel
 - Optimiser les points forts de son image
 - Être authentique lors de sa prestation
 - Devenir plus assertif
3. Maîtriser ses « outils personnels »
 - Gérer son trac, son stress
 - Gérer ses postures et sa gestuelle
 - Apprivoiser les regards et les silences
4. Se mettre en scène
 - S'adapter à son espace
 - Gérer ses déplacements
 - Gérer les imprévus
5. Interagir avec son public
 - Créer du lien avec l'auditoire
 - Gérer les objections et les interventions
 - Aiguiser sa répartie.

Modalités et moyens pédagogiques

- Une pédagogie participative (alternance d'apports théoriques et de supports méthodologiques)
- Des analyses de la pratique professionnelle (basées sur des cas concrets)
- Un climat de confiance et de bienveillance dans les échanges et retours d'expériences
- Une évaluation des acquisitions grâce à des questionnaires spécifiques
- Des supports de présentation numériques

Accessibilité

En cas de besoin d'adaptation particulier, veuillez nous contacter.

Tarifs HT (TVA non applicable, art. 293 B du CGI)

Individuel : 1 600 euros

Collectif (jusqu'à 6 personnes) : 2 220 euros

Diagnostic / Préparation : 350 euros

Intervenante

UHLRICH Annelise, formatrice en prise de parole en public.

Modalités de contact et délais d'accès

Pour toute information : contact@write-and-go.fr / 07.79.80.79.27

Un calendrier d'intervention est établi, selon les disponibilités de chacun.