

Améliorer sa prise de parole et sa communication



Présentation

Être à l'aise lors d'une prise de parole en public, réussir ses rendez vous professionnels, savoir communiquer avec aisance et faire comprendre ses idées de façon efficace : ce sont vos objectifs. Tout cela peut s'apprendre. Il y a des techniques et des pratiques à connaître et à développer. Si vous souhaitez tirer parti du meilleur de vous-même et vous sentir préparé pour mieux communiquer, cette formation est pour vous.

La prise de parole en public, le travail de la voix, la conscience du corps, l'interprétation du langage, l'impact du sens des mots, l'émotion et la gestion du relationnel humain sont le cœur de métier d'une comédienne-metteuse en scène. C'est pourquoi notre formatrice aide les entrepreneurs et les salariés à être plus à l'aise sur ces questions.

Objectif : Optimiser sa communication interpersonnelle et sa prise de parole

Public : Manager, commerciaux, consultant, développeur informatique, assistant(e), DRH, responsable qualité, tout collaborateur...

Groupe : min 8 – max 12 personnes

Prérequis : aucun

Durée : 2 jours soit 2X7H

DATES OU PÉRIODE : à définir

HORAIRES : De 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h

MODALITÉS ET DÉLAIS D'ACCÈS :

Inscription à réaliser 1 mois avant le démarrage de la formation.

LIEU :

« formation intra entreprise » a adresse du lieu de formation à définir

Pour les personnes en situation de handicap, nous mettrons tout en œuvre pour vous accueillir ou pour vous réorienter. Vous pouvez nous contacter au 0767371315

FORMATEUR : Christelle Pontié

OBJECTIF DE LA FORMATION ET COMPÉTENCES VISÉES

À l'issue de la formation, le participant sera capable de mettre en œuvre les compétences suivantes :

- Optimiser sa prise de parole lors de présentation orale face à un groupe
- S'adapter à son interlocuteur en situation de communication interpersonnelle

Contenu pédagogique :

✓ **Première journée : Développer son savoir-être**

Améliorer sa présence

Gagner la confiance dès le premier contact

Etablir et maintenir la relation

Découvrir ses aptitudes relationnelles et apprendre à les exploiter

Apprendre à respirer et à poser sa voix

S'exprimer avec aisance face à une caméra : se présenter, présenter son activité

✓ **Deuxième journée : Transmettre un message et Harmoniser son rapport à l'autre**

Prendre en compte le langage non verbal et verbal de son interlocuteur

Adopter le langage de son interlocuteur

Formuler un message impactant

Se faire entendre et se faire comprendre lors de ses interventions orales

Oser s'exprimer et affirmer sa présence dans des situations considérées comme difficiles

Gérer ses émotions pour devenir un bon communicant

Modalités d'évaluation

Auto évaluation, Tour de table, Quizz et mise en situation

Moyens pédagogiques

La pédagogie : elle est basée sur l'alternance de présentation de concepts, de jeux de rôles et d'exercices issus du training d'acteur et la PNL. Fondée sur l'active learning elle permet aux stagiaires de bénéficier de 75% de pratique pour un meilleur apprentissage.

Théorie : fondamentaux de la communication, fonctionnement de la voix, formulation positive et rédaction ou expression ciblée.

SUPPORT : Remise d'un support « Mémo de Formation » à chaque participant

Exercices théâtraux : expression corporelle, émotions, voix, respiration, diction, rédaction et interprétation de textes

Mise en pratique : Exercice face caméra : commentaire et debrief de la vidéo.

Intervenante



Christelle Pontié : Comédienne, metteuse en scène, formatrice certifiée et coach en prise de parole et gestion de stress. Formée à l'ENSATT et dans diverses compagnies, elle a suivi des études de Lettres et d'Etudes théâtrales à l'Université de Paris III. Elle dirige une compagnie de théâtre. Formée au théâtre forum, elle intervient sur différentes thématiques de gestions de conflits et de management d'équipe depuis plusieurs années. Experte certifiée en Process communication, formée à la PNL, la prise de parole en public et différentes méthodes de Bien-être elle intervient aussi en formation professionnelle.

TARIF : Devis pour 1 groupe sur 2 jours de formation en intra entreprise selon conditions