Cette offre est archivée

Pour plus d'information, appelez le **01 87 73 29 82**

Expression Orale : Prendre Confiance

» 27 heures
» Parcours mixte (individuel et collectif)
» En présentiel et à distance (télé-présentiel)

Réf. : #147

1320 € TTC

OBJECTIF DE LA FORMATION

À l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de prendre la parole en public et dans des contextes professionnels interpersonnels avec clarté, aisance, charisme et davantage de professionnalisme.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Connaître les codes de la communication non-verbale et para-verbale (regard, posture, gestuelle, voix, déplacements dans l'espace)
- Préparer une prise de parole en public avec efficacité grâce à l'outil PTTOME
- Structurer et organiser ses idées de manière claire en utilisant plusieurs structures types
- Improviser ses prises de parole sans préparation et sans notes
- Connaître et choisir des techniques de gestion du stress avant de prendre la parole en public
- Prendre la parole en public à plusieurs reprises devant une vraie audience

POINTS FORTS

Un parcours COMPLET qui comprend SUIVI INDIVIDUEL + STAGE INTENSIF + SÉANCES D'APPROFONDISSEMENT EN GROUPE.

PUBLIC

Toute personne souhaitant améliorer ses performances à l'oral

PRÉREQUIS

Aucun prérequis

TYPE DE PARCOURS

Parcours mixte (individuel et collectif) (8 participants maximum)

DURÉE DE LA FORMATION ET MODALITÉS D'ORGANISATION

27 heures
1h de diagnostic individuel, 14h de stage intensif collectif sur un week-end, 4 séances collectives de 3h. + 1 an d'accès à la plateforme Voltaire.

LIEU DE LA FORMATION

10 RUE du Laos, 75015 PARIS et à distance (télé-présentiel)

CONTENU

[PUBLIC]

Cette formation est pour toute personne qui a identifié des difficultés à s'exprimer avec aisance à l'oral ou souhaite se perfectionner.

[MODALITÉS]

Cette formation représente 27h de formation.

- Une séance de diagnostic individuel d'une heure avec la formatrice
- Un stage intensif de 14h pour acquérir toutes les bases de la prise de parole
- Quatre séances collectives de 3h pour approfondir vos acquis

[CONTENU]
- Le regard
- La posture, la gestuelle et les déplacements
- La voix : diction, rythme, intonation, respiration
- La méthode pour préparer ses interventions efficacement
- Les structures de discours pour convaincre, faire passer à l'action, raconter des histoires (storytelling)
- Les techniques d'improvisation pour répondre à des questions sans préparation et sans notes
- Les techniques de gestion du stress (préparation mentale, sophrologie)

Cette formation comprend un accès d'un an à Projet Voltaire Orthographe et Expression.

PROGRAMME DÉTAILLÉ

MODULE 1 : Les fondamentaux du langage corporel
- Chapitre 1 : Le regard
- Chapitre 2 : La posture, la gestuelle et le mouvement
- Chapitre 3 : La voix

MODULE 2 : Préparer et structurer ses prises de parole
- Chapitre 1 : Préparer efficacement sa prise de parole en définissant sa stratégie de communication
- Chapitre 2 : La structure narrative de l'histoire (storytelling)
- Chapitre 3 : Les structures narratives de la conviction et du passage à l'action

MODULE 3 : Prendre la parole dans l'interaction
- Chapitre 1 : Les principes de l'improvisation
- Chapitre 2 : Répondre à des questions fermées et ouvertes

MODULE 4 : La gestion du stress en prise de parole en public
- Chapitre 1 : La préparation mentale
- Chapitre 2 : La routine de l'orateur.ice

En complément, deux modules à suivre en totale autonomie sur la plateforme Voltaire :
- Module Orthographe (parcours auto-adaptatif)
- Module Expression (vocabulaire, syntaxe, ponctuation)

MOYENS ET MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

Alternance de théorie, mises en situation et exercices pratiques

MODALITÉS D'ÉVALUATION

QCM à l'issue de la formation (10 minutes)

MOYENS TECHNIQUES

Salle de formation, logiciel de visio-conférence

TARIF

1320 € TTC

DATES

Pour connaître les dates de sessions, veuillez prendre directement contact avec la formatrice, Agathe Chapalain

(contact@admaioracommunity.com / +33768552797).

DÉLAI D'ACCÈS

Les inscriptions doivent être réalisées au moins 15 jours calendaires avant le début de la formation.

ACCESSIBILITÉ AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

Les personnes en situation de handicap souhaitant suivre cette formation sont invitées à nous contacter directement, afin d'étudier ensemble les possibilités de suivre la formation.

PROFIL DE LA FORMATRICE

Nom de la formatrice : Agathe Chapalain

Agathe Chapalain est diplômée de Sciences Po Paris et de l'Ecole de l'Art Oratoire où elle s'est formée en prise de parole en public. Présidente de l'Association de Démocratisation de l'Art Oratoire, elle a formé bénévolement plusieurs centaines de jeunes issus de milieux défavorisés à la prise de parole pour les préparer à des entretiens d'embauche et leur donner confiance en eux. Elle a fondé son entreprise de formation Ad Maiora et intervient pour les particuliers, pour des organismes de formation et des entreprises.

CONTACT

Pour les questions concernant le programme, les modalités pédagogiques, les modalités d'organisation et les dates de sessions, veuillez prendre directement contact avec la formatrice, Agathe Chapalain (contact@admaioracommunity.com / +33768552797).

Pour toutes autres questions (financement, modalités d'inscription, certification, ...), contactez l'organisme de formation à contact@fopp.fr ou au +33187732982.

Fiche mise à jour le 23/09/2021