

COMPÉTENCES COMPORTEMENTALES ET TRANSVERSALES

Prise de parole en public

Public visé

Nos formations s'adressent aux professionnels du secteur public, de la santé et du privé. Elles sont conçues pour les cadres, managers, directions, équipes RH, agents, fonctions support, experts métiers souhaitant développer leurs compétences techniques et relationnelles en situation professionnelle.

Objectifs pédagogiques

Objectifs indicatifs, à adapter à votre contexte

- 01** Rendre ses interventions en public attractives
- 02** Préparer et présenter un exposé ou une présentation en public

Contenu pédagogique

Contenu indicatif, à adapter à votre contexte

- 01 Comprendre la communication et les différents niveaux de la communication**
 - Le schéma de la communication
 - La composante verbale : adapter le vocabulaire, respecter la syntaxe y compris à l'oral
 - La composante para-verbale : la voix (adopter la juste intensité, adapter le ton, veiller à sa diction, respirer pour ponctuer) le volume sonore
 - La composante non-verbale : le regard, le corps (posture, gestes tenue vestimentaire), l'expression du visage, la statique corporelle
 - La déperdition d'information (le message dans le schéma de la communication, l'entonnoir de la communication, les inférences, les facteurs de déperdition et les impacts)
- 02 Comprendre le trac pour mieux y faire face**
 - Le mécanisme du trac
 - Apprendre à s'en faire un allié
 - Conseils pour diminuer l'anxiété
- 03 Prendre la parole de manière spontanée lors d'une réunion**
 - L'intervention non préparée : ses caractéristiques
 - Les techniques de communication
 - La posture et le non verbal
 - Le ton et la voix
 - L'écoute active
 - Identification des blocages
 - Analyse des leviers et connaissance de soi (image de soi et perception d'autrui ; manière d'être)

04 Prendre la parole à partir d'une intervention préparée

- La construction du discours : la méthode SICAV
- Le(s) message(s) clé(s) : comment le(s) élaborer, le(s) critères d'un bon message clé
- L'importance des exemples, images et comparaisons
- La relation entre le fond et la forme
- L'exposé face aux autres et la réponse aux questions
- L'importance du cadre de référence (le sien et celui ou ceux de son/ses interlocuteur(s)) et les systèmes de référence
- S'adapter à l'auditoire

05 Renforcer la voix et le ton dans l'exposé et l'échange

- La physiologie de la voix
- Le rythme et la modulation du rythme pour la dynamique du discours
- Le(s) silence(s) et leurs intérêts dans la captation de l'attention
- Le passage de l'écrit au « dit »
- Les techniques pour améliorer ses capacités vocales (quelques exercices pour poursuivre à titre individuel)

Modalités & accessibilité

Modalités indicatives, à adapter à votre contexte

DURÉE À déterminer ensemble après un cadrage pédagogique.	FORMAT Présentiel, distanciel ou hybride.
LIEU À déterminer ensemble lors du cadrage pédagogique	PRÉREQUIS À déterminer ensemble lors du cadrage pédagogique
DÉLAI D'ACCÈS Inscription au maximum 10 jours avant la date de formation	TARIF A partir de 1 200€ nets par jour (*les activités formation d'Obea ne sont pas assujetties à la TVA conformément à l'article 261-4-4e - a du CGI.)
ACCESSIBILITÉ Notre référent handicap étudie avec vous les adaptations pédagogiques, organisationnelles et techniques nécessaires.	

Moyens & méthodes pédagogiques

En fonction de vos objectifs et des publics, nous combinons les méthodes que nous utilisons au quotidien :

- Apports théoriques & méthodologiques
- Étude de cas
- Atelier de partage & de construction
- Mise en situation
- Séance de questions / réponses
- Évaluation par les pairs

Modalités d'évaluation

Chaque formation démarre par un positionnement de vos équipes et se conclut par une évaluation des acquis — pour que vous puissiez mesurer concrètement le retour sur votre investissement.

AVANT LA FORMATION Un positionnement rapide pour partir du bon niveau.

PENDANT ET APRÈS Des mises en situation, des quiz et un débrief collectif pour ancrer les acquis.

À L'ISSUE Une évaluation finale pour mesurer ce qui a changé.

UNE QUESTION ? CONTACTEZ-NOUS

Téléphone : 01 40 53 47 00 · E-mail : informations@obe.fr