

Cette formation s'adresse à toute personne devant prendre la parole face à un public dans le cadre de ses missions et souhaitant améliorer ses interventions à l'oral.

Tous nos formateurs et formatrices, forts d'une expérience de comédiens ou de conférenciers, intègrent les techniques théâtrales au cœur de leur approche pédagogique pour offrir une expérience d'apprentissage unique et immersive.

LES OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Acquérir les techniques d'expression orale pour captiver et convaincre
- Structurer son discours pour gagner en impact
- Travailler sa posture pour gagner en confiance
- Gérer son stress lors de sa prise de parole

DÉTAILS DE LA FORMATION



Public

Toute personne souhaitant gagner en aisance lors de ses prises de paroles



Durée

14 heures, 2 journées



Pré-requis

Apporter son ordinateur portable



Modalité

Présentiel



Accessibilité

Inclusion de différents types de handicaps. Consulter notre référent handicap



Evaluation

Diagnostic des attentes
Auto-positionnements Amont / Aval
Evaluation continue



Formation augmentée

Accès à l'Extranet Participant by EVOLUTEAM durant 3 mois après le dernier jour de formation

NOTRE SIGNATURE PÉDAGOGIQUE

L'expérimentation pédagogique au service de la transformation durable des compétences



Notre **pédagogie expérientielle** repose sur un principe simple : les comportements se transforment durablement grâce à l'expérience vécue en formation.

Nous mobilisons **les émotions, la prise de décision en contexte réel et l'engagement multisensoriel** en créant des solutions pédagogiques dont l'expérimentation représente au minimum 70% du temps de formation.

Chaque session alterne des temps structurants et exploratoires, afin de **favoriser l'appropriation active, stimuler la réflexion et la prise de recul, ancrer durablement les compétences, faciliter le passage à l'action opérationnelle.**

 LE PROGRAMME

PHASE D'ENGAGEMENT - A réaliser avant la session sur l'extranet participant by EVOLUTEAM

Compléter les questionnaires en ligne

- J'évalue mes compétences en amont de la formation
- Je transmets mes attentes vis-à-vis de cette formation

Télécharger les supports de formation

- Je télécharge l'ensemble des supports mis à disposition pour réaliser les exercices lors de formation.



PHASE D'EXPÉRIMENTATION – S'exercer aux outils et méthodes lors de la session formative

INTRODUCTION

Présentation des participants / Ice Breaker

MODULE 1 | EXPERIMENTER LES TECHNIQUES D'EXPRESSION ORALE POUR CAPTIVER ET CONVAINCRE

Identifier ses atouts et les points à améliorer - État des lieux : mes qualités d'orateur

- Mise en situation de prise de parole
- Premier retour sur image
- Identification pour chacun de ses atouts et points à améliorer pendant le stage

Utiliser et maîtriser les différentes techniques d'expression orale

- La communication non verbale
- La proxémique
- La congruence
- Les appuis de la posture oratoire (respiration, voix, regard, gestuelle, mouvements, etc.)
- L'écoute active, le questionnement, la reformulation
- Le feed-back verbal et visuel
- La voix, le rythme, le débit, les pauses
- Jouer des silences
- Conjuguer ouverture, détente et sourire

MODULE 2 | STRUCTURER SON DISCOURS POUR GAGNER EN IMPACT

Construire un plan

- Dégager son ou ses messages principaux, et bâtir sa problématique
- Connaître son public et le convaincre à partir de ses raisons à lui
- Jouer sur le rationnel et sur l'émotionnel
- Illustrer son propos
- Choisir une tonalité pour accompagner le niveau d'intensité de son message

Découvrir le schéma narratif professionnel

- Découvrir le schéma narratif, structure de base du storytelling
- Intégrer les 5 ingrédients de la dynamique narrative
- Choisir un sujet et rédiger sa présentation
- Soigner son accroche
- Respecter quelques règles élémentaires de rédaction
- Utiliser illustrations et métaphores

Choisir et doser ses visuels en vue d'un support PowerPoint

- Concevoir les supports : rappel des grandes règles d'utilisation des médias correspondants PowerPoint, vidéoprojecteur, paperboard, etc.

MODULE 3 | TRAVAILLER SA POSTURE**Les 4 éléments essentiels de posture du présentateur, animateur de réunion ou d'événement**

- La capacité à être organisé pour « prendre en charge » le sujet et le groupe
- La force de conviction : s'il est passionné, le présentateur fera davantage passer son message
- L'engagement : la capacité à impliquer les participants
- L'authenticité : le présentateur doit s'appuyer sur ses qualités plutôt que s'inventer une posture totalement à contre-emploi

Savoir quoi répondre en toute situation

- Le report d'objection / question
- L'appel aux participants
- Le retour à l'envoyeur

Gérer ses émotions pour ne pas se laisser déstabiliser

- Accueillir ses émotions
- La méta communication pour libérer la pression

Savoir gérer les imprévus : auditeurs bavards, rebelles, entrées et sorties pendant la présentation, questions délicates, etc.**Trouver son équilibre dans son rôle de présentateur/facilitateur**

- Expérimenter l'écoute, la concentration, la gestuelle, le regard, et la connexion permanente du chef d'orchestre avec son orchestre

MODULE 4 | GAGNER EN CONFIANCE LORS DE SES INTERVENTIONS**Préparer sa présence dans l'espace**

- Organiser l'intervention matérielle (timing, supports, choix des médias, disposition de la salle, etc.)
- Expérimenter le soutien du corps dans la posture face au groupe

Donner de la voix

- Découvrir des exercices de préparation de la voix à faire le matin avant une prise de parole
- Explorer la vibration sonore et son impact (cohésion, puissance, nuances, etc.)

MODULE 5 | GÉRER SON STRESS LORS DE LA PRISE DE PAROLE**Surmonter son stress/trac et canaliser son énergie – le rôle joué par la respiration sur le stress (différence entre la respiration ventrale et la respiration thoracique)**

- Visualiser à l'avance la prise de parole en mode « succès »
- Découvrir et expérimenter 4 techniques « flash » de gestion du stress

Mise en pratique générale : Tour à tour, les participants réalisent une présentation face au groupe et reçoivent du feed-back

CONCLUSION

- Evaluer ses compétences en aval de la formation : j'évalue ma capacité à transformer mes compétences grâce aux outils, techniques et méthodes vues en formation
- Se challenger au moyen d'objectifs à réaliser sous 3 mois
- Questionnaire de satisfaction à chaud

**PHASE D'ACQUISITION – Ancrer les outils et méthodes de retour en milieu professionnel**

Accéder aux ressources complémentaires à télécharger depuis l'Extranet Participant by EVOLUTEAM pour approfondir les thématiques vues en formation

Corréler la mise en pratique des actions individuelles avec les objectifs pédagogiques : questionnaire sur l'évaluation des compétences à froid, 2 mois après la dernière journée de formation.

Cette formation vous intéresse ?

Contactez- nous : info@evoluteam.fr | 01 47 39 02 02

Consulter sur notre site,
notre catalogue de formations



PRIX PUBLIC

Inter : 570€ HT par participant

Intra* : 2680€ HT par session (4 à 10 participants)

**des frais de déplacement complémentaires peuvent être engagés selon la localisation*

FINANCEMENT OPCO

Financement possible via votre OPCO.
Contactez nos conseillères formations :
par téléphone : 01 47 39 02 02
par mail : info@evoluteam.fr

FORMATION SUR-MESURE

Vous avez un projet sur-mesure, vous souhaitez intégrer votre contexte et vos enjeux spécifiques à la formation, contactez notre Directrice du Développement :
laure.casta@evoluteam.fr

MODALITÉS ET DÉLAIS D'ACCÈS (à titre indicatif)

Inter : L'inscription doit être finalisée 24 heures avant le début de la formation.

Intra : Après validation de votre projet avec nos conseillères formations, capacité de mise en œuvre sous 15 jours.

ACCESSIBILITÉ

Inclusion de différents types de handicap. Vous êtes en situation de handicap, intéressé.e par le programme ? Contactez notre Référent Handicap pour préciser votre besoin : referent.handicap@evoluteam.fr

ASSISTANCE TECHNIQUE À DISTANCE

Pendant toute la période de votre formation, pour toute question relative à la plateforme digitale, notre équipe pédagogique répondra à vos questions de 9h30 à 17h30 au 01 47 39 02 02 ou sur l'adresse mail suivante : contact.digitalcamp@evoluteam.fr

**Engagés pour un monde plus éclairé, nous
concevons des solutions pédagogiques centrées
sur le développement des potentiels humains,
avec pour ambition de créer de la valeur durable.**

– Notre raison d'être en qualité de société à mission –