

Prise de parole en public (Claire GRIFFANTI)

Objectifs

Exercer la prise de parole en public sans appréhension

Formateur.trice

Claire GRIFFANTI

Sophrologue et coach

Note

Lors de la dernière session, le taux de satisfaction du groupe s'élevait à :

Nouvelle Formation

Tarifs

Organisation

Construction du groupe :
16 personnes

Le 17 avril 2025 - Mulhouse

7h / 1 jour

Public et Prérequis

Formation ouverte à tout professionnel exerçant dans le domaine de la santé ou du secteur médico-social.

Contenu

Vous arrive-t-il de perdre vos moyens lorsque l'on vous demande d'effectuer une présentation devant un auditoire ou avez-vous le sentiment d'être submergé par vos émotions lors d'une prise de parole en public ?

Souhaitez-vous pouvoir présenter vos idées avec clarté, capter l'attention de votre auditoire et être impactant ?

Programme de la formation

Pour que la prise de parole en public n'ait plus de secrets pour vous, des pistes de réflexion et de situations de mise

en pratique vous sont proposées au cours de cette formation afin de :

- Comprendre les mécanismes de la communication orale
- Vous en approprier les techniques
- Structurer votre intervention
- Gérer votre stress et votre confiance
- Convaincre votre public
- Vous affirmer et vous exprimer avec efficacité
- Développer votre présence

Moyens pédagogiques et pratiques

- Lieu : salle adaptée à l'effectif
- Alternance des séquences théoriques (Supports Numériques fournis aux stagiaires et projection d'un diaporama) puis des séquences pratiques en binômes ou en sous-groupes sous surveillance et supervision du formateur.
- Travaux de réflexion en groupe : échanges en groupe et en sous-groupes.
- Apports théoriques et méthodologiques : supports pédagogiques

Modalités de suivi de l'exécution du programme et d'évaluation

- Feuilles d'émargement (par ½ journées) : signature des participants et contre-signature du formateur.
- Évaluation des apports de la formation :
 - Pré et Post-test
 - Quizz – questionnaires
 - Correction des gestes techniques au décours de la pratique
 - Échanges autour des cas emblématiques
- Questionnaire de satisfaction de fin de formation

Accès aux personnes handicapées

Attestation d'accessibilité recevant du public (ERP 5ème catégorie).

Programme détaillé de la formation

Jour 1	Contenus	Pédagogie	
	<i><u>OBJECTIF PEDAGOGIQUE INTERMEDIAIRE :</u></i> <i>Intégrer les fondamentaux de la communication</i>		
09h00 09h30	Accueil des stagiaires – présentation du formateur et des participants Présentation de la formation – introduction	THÉORIQUE ÉCHANGES	Remise de support pédagogique – Tour de table – questions sur les attentes des stagiaires Présentation de l'intervenant – échanges et discussion
09h30 10h30	Les fondamentaux de la communication La construction de notre réalité Concept de carte du monde	THÉORIQUE ÉCHANGES	
Pause			
10h45 12h30	Se préparer Enjeux & objectifs ? Structuration de l'intervention	THÉORIQUE ÉCHANGES	Présentation et apports de l'intervenant et échanges
Repas			
13h30 15h00	Gérer son stress/trac Visualisation mentale positive. Ancrage de ressources. Répéter l'intervention : se libérer du contenu pour se concentrer sur l'auditoire.	THÉORIQUE ÉCHANGES	Présentation et apports de l'intervenant et échanges
Pause			
15h15 16h30	Optimiser son langage nonverbal La gestuelle La voix Se déplacer Le contact visuel	THÉORIQUE ÉCHANGES REFLEXIVE	Présentation et apports de l'intervenant et échanges
16h30 17h00	Evaluation de fin de formation et de l'Objectif Opérationnel Questionnaire oral et écrit de satisfaction et de connaissances	THÉORIQUE ÉCHANGES REFLEXIVE	Questionnements mutuels – participation active des stagiaires