



12/03/2024

PRISE DE PAROLE EN PUBLIC

Formateur :

La formation est dispensée par un formateur psychologue ayant les compétences pédagogiques en communication spécialiste en développement personnel.

Durée, lieu et nombre de stagiaires :

- 14h00 de face à face pédagogique soit 2 jours de formation.
- Dans l'entreprise (en intra-entreprise) ou dans nos locaux (en inter-entreprise).
- Groupe de 4 à 10 stagiaires.

Public et prérequis :

Toute personne souhaitant développer son potentiel de communicant en travaillant sur sa gestuelle et attitude.

Objectifs :

A l'issue de la formation, le stagiaire sera en capacité de comprendre l'impact du non-verbal dans la communication.

Méthodes pédagogiques :

Apports théoriques, échanges, partage d'expériences, mises en situation de cas liés aux risques propres à l'entreprise. Méthodologie active favorisant la participation du groupe. Tour de table et discussions sur les problèmes rencontrés lors de l'exercice des fonctions des stagiaires.

Moyens pédagogiques :

- Support par vidéo projecteur.
- Supports de formation numériques et traditionnels (remise d'une documentation à chaque stagiaire et de supports types).
- Documents d'information (Etudes, statistiques, ...)
- QCM de validation de la partie théorique.
- Echange de réalités et de pratiques entre les stagiaires.

Validation de la formation :

La validation des connaissances et savoirs faire de l'apprenant permet :

- d'évaluer ses savoirs ;
 - d'évaluer sa capacité à appliquer les prescriptions de sécurité dans son environnement de travail.
- La formation est à renouveler autant de fois que nécessaire.

Maintien et actualisation des compétences :

D'une durée de 7 heures (1 jour).

Avis après formation :

A l'issue de la formation, une attestation de fin de stage mentionnant les objectifs, la nature et la durée de l'action et les résultats de l'évaluation des acquis de la formation sera délivrée.

Référent pédagogique : Wilfrid WALLER

✉ 74 impasse Corneille – 83150 Bandol

📧 w2@wanadoo.fr

☎ 04 94 29 73 45

🌐 www.w2formationconseil.fr

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 93.83.02374.83 cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat.

12/03/2024

Programme :

1ère journée : Comprendre le non verbal et le paraverbal

Tour de table : environ 15 minutes

- Présentez-vous/ faisons connaissance
- Quelles sont vos attentes envers cette formation ?
- Vos problématiques ?

Mieux se connaître à l'oral : le préalable indispensable

- Apprivoiser son trac : ne plus le subir, savoir l'utiliser.
- Mieux cerner ses qualités et ses défauts grâce à la vidéo.
- Transformer le feed-back des autres en pistes de progrès.

L'image de soi : mode d'emploi

- Capitaliser ses atouts personnels pour développer sa confiance et son authenticité.
- Mettre en adéquation l'image que l'on souhaite projeter avec l'image perçue par les autres.
- Valoriser sa personnalité en affinant son style.

Les composantes du non-verbal : voix, image, regard, posture, distance

- La notion de cohérence verbal / non-verbal/ para verbal

Le face à face :

- Zone de proxémie
- Règle des 4 X20
- Différencier la nature des gestes : conscient, inconscient, culturel...
- Perceptions et cadres de références
- *Exercices : sur les perceptions chez l'homme*
- Repérer les différentes manifestations du langage non-verbal les plus courantes : les postures corporelles, les gestes, la respiration, les expressions du visage

Appréhender les émotions qui influencent le comportement

- Repérer les différentes émotions dans la communication non verbale
- Développer son écoute de l'autre pour mieux comprendre ses intentions
- Tenir compte des émotions présentes dans la relation
- Apprendre à mieux maîtriser ses propres émotions

Mieux comprendre les intentions cachées

- Repérer les non-dits, les hésitations, le mal-être, l'authenticité de l'autre
- Développer ses aptitudes à la communication non-verbale
- Expérimenter les différentes distances corporelles
- Améliorer sa posture corporelle
- Utiliser sa voix, le toucher et le regard pour atteindre son objectif relationnel : le ton de la voix – le débit- le bon mot

Journée 2: Analyses de pratique

Entraînement à la prise de parole filmée

Dans une conversation le poids des mots est de 07%, le verbal et la para verbal occupant le reste de la conversation.

Dans le monde professionnel, la posture que nous adoptons est un facteur clé de la réussite devant nos différents interlocuteurs : le client, le prospect, le banquier... Maîtriser les postures et les gestes qui influencent nos échanges sont un atout pour mieux communiquer dans ses relations professionnelles.

Référent pédagogique : Wilfrid WALLER

✉ 74 impasse Corneille – 83150 Bandol

📧 w2@wanadoo.fr

☎ 04 94 29 73 45

🌐 www.w2formationconseil.fr

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 93.83.02374.83 cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat.



12/03/2024

Test de validation des connaissances

Exercices pratiques

Accessibilité aux personnes handicapées :

Afin de pouvoir accueillir dans les meilleures conditions des publics en situation de handicap, nous louons des locaux répondant aux exigences d'accessibilité de personnes en situation de handicap. Vous pouvez nous contacter afin d'adapter la prestation en fonction du handicap du bénéficiaire. Pour cela, nous pouvons contacter le réseau de partenaires, experts, acteurs du champ du handicap.

Les modalités et délais d'accès :

L'accès à nos formations peut être initié, soit par l'employeur, soit à l'initiative d'un salarié avec l'accord de sa direction.

Immédiatement.

Les modalités d'évaluation :

Evaluation en fin de stage portant sur le déroulement et les acquis de la formation.

Tarifs :

Prix inter entreprises : 490,00 € net de taxes.

Prix intra entreprise : Nous consulter.