



LBPERFORMANCE

Programme de formation

Prise de parole en public

Durée : 2 jours (14 heures)

16 avenue des 3 fontaines
44500 La Baule
Port : 06 21 08 39 59
Tél : 02 44 07 15 51
laurencebriand@lbperformance.fr

TARIF INTER : 1350 € HT par participant

SUR MESURE : Contactez-nous pour une formation pour vos collaborateurs

Les objectifs de la formation :

- Gagner en confiance lors de la prise de parole en public
- Savoir construire un pitch
- Avoir un discours impactant
- Travailler sur la force du visuel
- Créer un support communicant
- Laisser un souvenir inoubliable

Programme de formation :

1 Se préparer mentalement

- Penser positif
- Identifier ses émotions
- Comprendre le processus émotionnel
- Gérer ses émotions
- Choisir une émotion cible pertinente et se l'approprier
- Se projeter : les conséquences d'une prestation réussie

Mise en situation : mes émotions les plus fréquentes lors de la prise de parole en public, la roue de Scherer

2 Construire son pitch

- Qu'est-ce que je veux que mon auditoire retienne ?
- Quel est mon timing ?
- Quelle accroche vais-je utiliser ?
- Quelle sera ma chute ?
- Quel sera mon call to action ?

Mises en situation : construire un pitch : convaincre un auditoire de faire une action

3 Créer un support impactant

- La chasse au prompter
- Sobriété sur les couleurs
- Une idée par slide
- Les éléments de preuve à valoriser visuellement
- Le poids des mots et le choc des photos

Mise en situation : réactions sur différents supports présentés

4 Maîtriser sa communication non verbale

- L'importance du regard
- L'ancrage au sol
- La respiration
- La voix
- Le souffle
- La gestuelle

Mise en situation : exercices de prise de parole devant le groupe

5 Développer son assertivité

- Réussir son entrée
- Se positionner avec assertivité
- Garder le leadership
- Gérer un groupe difficile

Mise en situation : étude de cas gestion d'un groupe difficile

Pour qui : toute personne

Prérequis :

Pas de prérequis

Durée :

2 jours (à suivre)

Méthodes pédagogiques :

La plupart des formations destinées à des managers expérimentés s'avèrent peu efficaces car elles n'intègrent pas suffisamment les principes éducatifs adaptés aux adultes dans un contexte professionnel.

Les adultes n'apprennent pas de la même manière que les enfants et former n'est pas enseigner pour 4 raisons :

- L'adulte déteste les prises de conscience douloureuses
- L'adulte ne mémorise pas comme les enfants
- L'adulte n'accepte pas les idées toutes faites
- L'adulte a besoin d'être convaincu.

C'est la raison pour laquelle nous mettons les participants en situation de réussite et nous nous appuyons sur leur expérience, leur esprit critique et les situations de leur quotidien pour générer une posture de co-construction permettant de créer un contenu pertinent pour atteindre les objectifs visés.

Mises en situation, cas pratique, jeux de rôle et débriefing sur un mode déductif.

Outils : paperboard, vidéo-projecteur, écran, accès internet

Profil de l'animateur :

Expert du management

Evaluation de la formation :

Une évaluation à chaud sera réalisée à l'issue des 2 jours de formation. Une attestation est remise à l'issue de la formation.

Accessibilité aux personnes en situations de handicap :

Etude préalable afin de veiller à adapter les locaux, les moyens pédagogiques au public en situation de handicap. LB Performance se tourne vers des partenaires spécialisés au cas par cas afin de répondre à chaque situation.

Délais d'inscription :

7 jours avant le début de la formation selon disponibilité.

Taux de satisfaction des participants : 78.40%

Contact : Laurence Briand : 06 21 08 39 59