

Prendre la parole

Dans votre quotidien, la prise de parole, le dialogue, la collecte d'informations et l'animation de réunions sont des compétences essentielles. Notre formation est conçue pour vous aider à perfectionner votre communication orale en mettant l'accent sur le développement de vos ressources personnelles de communicant. Améliorez votre aptitude à communiquer de manière efficace, renforcez votre présence lors des échanges et affinez vos compétences en matière de prise de parole et de gestion des discussions. Avec cette formation, vous serez mieux préparé pour réussir dans un large éventail de situations de communication.

Objectifs

1. Identifier les mécanismes de communication de la prise de parole en public
2. Acquérir techniques et points d'appui indispensables dans l'exercice de la prise de parole
3. Gérer son stress, canaliser son énergie pour oser s'exprimer et acquérir plus d'assurance
4. Apprendre à transmettre de façon structurée et synthétique

Public Visé

Secteur privé ou public - représentants du personnel ou syndicaux

Durée

21.00 Heures

3 Jours

Pré Requis

Exercer un mandat de représentant-e syndical-e ou du personnel CFDT

Parcours pédagogique

Schéma et fonctions de la communication
Fondamentaux : communication non verbale (ancrage, regard, présence, respiration)
Communication verbale : niveaux de langage, du discours, cœur de message...
Respiration «ventrale»
Structuration du discours (différents types de plans)
Adaptation au message et à l'interlocuteur

Les + métier

Un corps pour s'exprimer, des outils pour structurer le discours.

Objectifs pédagogiques

Développer l'écoute active et la réactivité verbale et non verbale
Comprendre et utiliser les notions de cadre de référence et de feedback
Améliorer la communication verbale et non-verbale
Structurer un discours autour d'un "cœur de message"
S'initier à l'improvisation de discours
Développer des compétences en structuration de discours
Maîtriser l'adaptation et l'improvisation en fonction du public et du contexte
Renforcer la cohésion et la gestion du groupe par la communication

Méthodes mobilisées

Méthodes active, expositive
Livret stagiaire

Qualification Intervenant(e)(s)

Animateur-trice de formation ou formateur-trice consultant-e, comédien-ne formateur-trice



Méthodes d'évaluation

Évaluation diagnostique avant la formation
Évaluation formative tout au long de la formation
Évaluation sommative à la fin de la formation
Évaluation de satisfaction à la fin de la formation

Modalités d'accessibilité handicap

Bâtiment ERP PMR - Contactez-nous pour nous indiquer vos besoins spécifiques

Tarifs

Inter (Par Stagiaire) : **Nous consulter**
Intra (Par Jour) : **Nous consulter**

Effectifs

8 à 12 personnes



Contactez-nous !

Jean-Yves BELATY
Formateur consultant, responsable formation

Tél. : 0142038444
Mail : jean-yves.belaty@irefe.fr