Prise de parole en public

Objectifs pédagogiques

- Gagner en confiance et en aisance face à un auditoire
- Se préparer efficacement avant une intervention et apprivoiser son stress
- Développer une posture d'orateur impactant et inspirant
- S'appuyer sur les partages d'expériences pour progresser ensemble

Intention pédagogique :

#expériences : mêler ateliers expérientiels, phases de réflexion et apports théoriques pour intégrer les apprentissages et les mettre en application.

#adaptabilté : Définir des outils et une posture en cohérence avec la personnalité et l'approche de chacun.

#plaisir : Intégrer des approches ludo-pédagogiques et inspirées du théâtre d'improvisation pour des expériences apprenantes et impactantes émotionnellement.

#confiance : Créer un cadre de confiance et de sécurité propice au lâcher-prise pour permettre la puissance de chacun.

#inclusion : Alterner les séquences individuelles, en sous-groupes et collectives pour permettre à chacun d'être et de participer à sa mesure.

Formateur·rice(s) :

- Emilie CUNIAL

Objectifs visés

- • Gagner en confiance et en aisance face à un auditoire
- • Se préparer efficacement avant une intervention et apprivoiser son stress
- • Développer une posture d'orateur impactant et inspirant
- • S'appuyer sur les partages d'expériences pour progresser ensemble

Méthodes d'évaluation

- Cas pratique
- Jeu de rôle / Simulation
- Quiz
- Serious game

Déroulé pédagogique

Journée 1

- Oser, lâcher prise
- Pause
- Apprivoiser le stress
- Construire sa présence
- Pause
- Développer son impact

Journée 2

- Structurer son message
- Pause
- Captiver son audience
- Les clés d’une prise de parole réussie
- Pause
- Pratique et mises en situation

Informations complémentaires

Durée : 14 heures de formation sur 2 jours

Pré-requis :

Public concerné : Tout public