

Parcours de formation

PUBLIC

Cette formation est destinée à toute personne qui souhaite optimiser ses compétences de prise de parole en public.

PRÉ-REQUIS

Aucun.

OBJECTIFS PROFESSIONNELS

- Prendre conscience de son mode d'expression et des axes d'amélioration.
- Être à l'aise avec différents interlocuteurs.
- Présenter, exposer, formuler clairement son point de vue en entretien, en réunion ou en public.
- Maîtriser les techniques de communication.
- Prendre confiance en soi pour gagner en assurance.
- Convaincre en tenant compte de ses interlocuteurs.

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

Méthodes participatives, elles offrent l'intérêt d'échanges pour des participants ayant des profils professionnels similaires. Elles proposent une alternance entre mises en situation et apports théoriques. Permettent l'acquisition d'outils directement applicables dans l'entreprise par l'apprenant.

ÉVALUATION DE LA FORMATION

Nous proposons un QCM en amont de la formation afin d'évaluer les connaissances et un QCM en aval afin de valider les acquis en fin de formation. Délivrance d'une attestation à l'issue de la formation.

INTERVENANTES*

Formatrices spécialisées en communication et gestion du stress.

Auto-évaluation et prise de confiance en soi

- Auto-évaluation : points forts / points à optimiser.
- Valorisation des atouts.

Optimiser la communication verbale

- Fondamentaux et règles d'or de la communication.
- Voix, intonation et élocution.
- Optimisation de l'impact des messages.
- Formulation positive.

Optimiser la communication non-verbale

- Gestuelle et attitude face à un public.
- Utilisation de l'espace.
- Adaptation des supports.

Faire face à tout type d'interlocuteur

- Les 4 styles sociaux.
- La maîtrise de l'agressivité.
- L'assertivité au service de son leadership.

Gagner en assurance dans vos interventions

- Se préparer et structurer les interventions.
- Réguler ses émotions avant et pendant l'action.
- Faire appel à vos ressources et vos talents.
- Capter l'attention et influencer sur son auditoire.

À noter !

Durée : 14 heures soit 2 jrs
Tarif* : 380 € HT / jr soit 760 € HT
Dates : 14 et 15 mars 2019 (Avignon)
19 et 20 nov. 2019 (Avignon)
21 et 22 mai 2019 (Marseille)

**Tarif inter comprenant les pauses + repas du midi*



*Josiane



*Carole

Centre d'affaires les Naiades – Bât 2 – 10 Avenue de la Poulasse – 84000
AVIGNON Tel : 04 90 31 51 90 - Fax : 04 90 31 44 33
i4 FC au capital de 100 000 Euros - RCS AVIGNON - SIRET : 42503874200036
NAF : 7490B – N° TVA Intracommunautaire FR 224 250 387 42
Déclaration d'activité enregistrée sous le N° 93840215984 auprès du préfet
de région PACA. Cet enregistrement ne vaut pas agrément d'état