

FORMATION « AMÉLIORER SA PRISE DE PAROLE EN PUBLIC » -

Améliorer ses prises de parole en public grâce aux techniques d'improvisation et de mise en récit

La capacité à prendre la parole en public est une compétence essentielle dans le monde professionnel. Utiliser les techniques d'improvisation et de mise en récit permet de rendre ses discours plus engageants, authentiques et impactant. Cette formation vise à outiller les participants pour qu'ils puissent améliorer leurs prises de parole en public, en s'appuyant sur des méthodes créatives et dynamiques.

Durée : **14H – 2 jours**

Modalité pédagogique : **Présentiel/distanciel - 10 stagiaires**

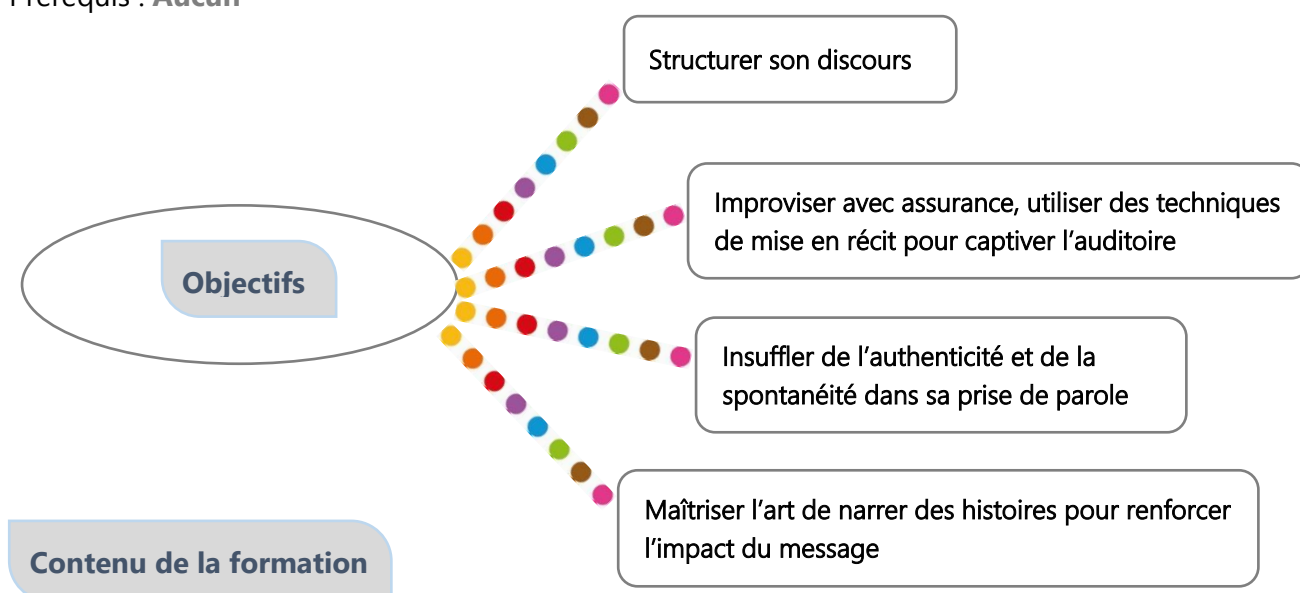
Public : **Tout public**

Prérequis : **Aucun**

🔗 Tarif

🔗 Programmation

Nous consulter / 05 63 40 50 60



Contenu de la formation

Comprendre les fondamentaux De la prise de parole en public

- Principes d'une communication efficace
- Structure du discours
- Adaptation au public
- Gestion du trac
- Maintien de l'attention de l'audience
- Réaction face aux imprévus

Techniques d'improvisation pour la prise de parole

- Bases de l'improvisation
- Écoute active et réactivité
- Confiance en soi et spontanéité
- Techniques pour penser et répondre rapidement
- Exercices pratiques d'improvisation
- Exercices de construction spontanée de discours

Maîtriser l'art de la mise en récit (storytelling)

- Éléments d'une bonne histoire
- Introduction captivante, développement et conclusion forte
- Techniques pour intégrer le storytelling dans ses prises de parole
- Créer des récits personnels et professionnels
- Utiliser des anecdotes pour illustrer des concepts
- Structurer son discours autour d'une narration

Pratiquer et affiner ses prises de parole

- Travail sur l'expression corporelle, la voix, et l'interaction avec le public
- Techniques pour capter et maintenir l'attention
- Analyse de performances oratoires
- Étude de cas de discours inspirants
- Identifier les techniques utilisées et les appliquer à son propre style

Gagner en confiance et en authenticité

- Développer une présence scénique
- Travailler sur la posture, le regard, et le geste
- Gérer son stress et transformer l'anxiété en énergie positive
- Créer une connexion authentique avec son audience
- Adopter un style naturel et accessible
- Comment partager ses émotions et ses expériences pour toucher son public

Pédagogie

Méthode

La formation sera interactive et pratique, s'appuyant sur des exercices d'improvisation, des ateliers de storytelling, et des simulations de prises de parole en public. Les participants auront l'occasion de pratiquer, de recevoir des feedbacks, et d'affiner leurs techniques pour devenir des orateurs plus confiants et convaincants.

Outils

Salle de cours, vidéo projecteur

Préparation de la formation

Questionnaire permettant de sonder les stagiaires sur leurs besoins spécifiques.

Échange en visio : Un échange avec la personne responsable de la mise en place de cette formation est préconisé en vue d'affiner le programme et le déroulé de la formation afin de les faire coïncider avec les attentes des salariés et de l'entreprise.

Validation des acquis et documents délivrés à l'issue de la formation

Les stagiaires sont évalués par le biais des mises en situations. Ils devront remplir des grilles d'auto-positionnement.

À l'issue, une attestation de fin de formation sera remise à chaque participant.



Le + FORMAFRANCE

Votre Conseiller Technique se tient à votre disposition gratuitement toute l'année afin de répondre à vos questions via assistance@formafrance.fr

Accessibilité aux personnes en situation de handicap

Accessibilité physique

- ✓ En INTRA : l'accès à vos personnels en situation de handicap est sous votre responsabilité
- ✓ En INTER : nous vous assurons l'accès à la salle de formation

Accessibilité pédagogique

- ✓ Pratique : nos programmes sont adaptables selon le handicap – nous consulter
- ✓ Théorie : certains handicaps nécessitent la présence d'un accompagnateur -nous consulter pour l'option tarifaire à prévoir

Nous avertir en amont de la formation afin de prévoir les adaptations nécessaires.

Informations pratiques

Recyclage : sur demande

Encadrement : Formateur en efficacité professionnelle accompagnant les professionnels dans le développement de leurs compétences relationnelles et comportementales.