



Atelier : prise de parole en public

En amont, un questionnaire de pré formation est envoyé par MBC FORMATION, pour préciser les attentes et les besoins des participants .

A qui s'adresse la formation ?

Toute personne amenée à prendre la parole devant un auditoire et désireuse de se perfectionner et de prendre confiance en soi.

Objectifs

- Exprimer clairement ses idées
- S'affirmer dans ses interventions
- Surmonter son trac
- Gagner en clarté
- Se centrer sur son auditoire
- Adopter un comportement efficace dans les échanges

Durée : 1 jour (7 heures)

Pré requis : cette formation ne nécessite pas de pré requis.

Méthodes pédagogiques : Cet atelier d'une journée sera centré sur la mise en pratique des techniques d'expression orale. Ainsi, chaque participant effectuera au minimum une prise de parole en public et bénéficiera d'un Feed-back individualisé par le formateur. Nous utiliserons la vidéo, des techniques de respiration et des méthodes ludiques et actives pour que chaque participants puissent progresser à son rythme. Les mises en situations seront basées sur des cas réels fournis par les participants.

Formateur Expert en Relation client & Management & Communication professionnelle
Afin de laisser un maximum d'espace à la pratique lors du face à face, il sera remis trois semaines avant la formation un livret de pré-formation à chaque participant .

Programme

Avant la formation

Mieux se connaître et s'analyser en situation de prise de parole en public
Se préparer son intervention pour maîtriser son trac (livret de pré-formation)

Pendant la formation

- Mieux se connaître
- Mieux cerner ses point forts et axes de progrès grâce avec la vidéo
- Développer un état d'esprit constructif et positif
- Gérer son trac
- Regarder son auditoire
- Maîtriser son souffle
- Positionner sa voix et utiliser les silence
- Appuyer son discours par une gestuelle adaptée
- Adapter son vocabulaire à son auditoire
- Utiliser ses émotions pour convaincre
- Accéder à son excellence personnelle : confiance et authenticité (exercice d'ancrage PNL)

Nos méthodes pédagogiques : la Form Action !

Études de cas, brainstorming, analyses et retours d'expériences, mises en situation enregistrées et filmées, écoute d'appels, débriefing vidéo, fiches d'observation, réflexion sur les attitudes et l'état d'esprit : des ateliers actifs pour progresser vers de nouveaux savoir-faire et de nouveaux savoir-être en toute simplicité !

Les plus d'MBC FORMATION

- **Une consultante formatrice experte en communication professionnelle et en relation commerciale à votre disposition par mail et par téléphone**
- **Avec quinze années d'expériences en tant que consultante formatrice et à l'aise tant dans la conception que dans l'animation de formation (consulter son profil)**

Formateur Expert en Relation client & Management & Communication professionnelle

- **Pour des formations sur mesure** : toutes mes formations sont modulables en termes de durée, de format, de lieu et de méthode pédagogique.
- **Organisme de formation local**