

## PROGRAMME DE FORMATION PRENDRE LA PAROLE EN PUBLIC

### COMPETENCES VISEES

Compétence globale visée en situation professionnelle : savoir prendre la parole en public pour animer une réunion, défendre un projet devant son hiérarchique

### OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

#### OBJECTIF GLOBAL :

A l'issue de la formation le stagiaire sera capable de développer ses prises de paroles en public face à ses différents interlocuteurs (collaborateurs, hiérarchiques, équipes, clients) en toute situation pour pouvoir augmenter sa force de persuasion.

#### LES OBJECTIFS PARTIELS/OPERATIONNELS :

A l'issue des différents modules, le stagiaire sera capable de :

Identifier ses forces de communicant et ses points à travailler en s'appuyant sur l'enchaînement proposé de mise en disponibilité et à l'aide d'une grille critériée

Reconnaitre et identifier ses émotions et celles de ses interlocuteurs à l'aide d'un travail sur l'intelligence relationnelle, en action.

Convaincre dès la première minute son auditoire, développer sa présence et son impact en pratiquant différents exercices de présentation, en gérant son trac, en délivrant un message déterminé et impactant.

Incarner son rôle, sa fonction, un message de manière efficace en expérimentant la technique du comédien à travers des textes du répertoire théâtral.

Développer son niveau d'écoute et de réactivité, en situation de présentation concrète d'entreprise, en rassemblant toutes les techniques vues lors des séquences précédentes et à l'aide d'une grille critériée.

### PUBLIC CONCERNÉ

Manager, décideur, expert et fonction support (RH, marketing, contrôle de gestion, finance, ...) ainsi que toute personne désireuse de renforcer son impact et son aisance en public.

### PRÉREQUIS

Pas de prérequis

### DURÉE DE LA FORMATION ET MODALITÉS D'ORGANISATION

Blended : 2 jours de formation en présentiel – 14 heures  
De 9h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h30  
+ Accès contenus numériques dans le network privé  
ToiledeScène via Klaxoon.  
8 personnes

### LIEU DE LA FORMATION

Lieu défini avec le commanditaire

### ACCESSIBILITE A LA FORMATION

Définie avec le commanditaire

### ACCESSIBILITE AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

Formation accessible aux personnes en situation de handicap.  
Vu avec le commanditaire

### DELAI D'ACCES

Les délais sont adaptés à la demande du commanditaire

### MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

expositive  
démonstrative  
participative  
active

### MODALITÉS D'ÉVALUATION

Auto-évaluation grille critériée  
Evaluations formatives : QCM  
Evaluations de satisfaction à chaud  
Evaluations de satisfaction à froid

### COÛT DE LA FORMATION (POUR UN GROUPE DE 8 PERSONNES)

4 120 euros HT

### CONTACT

Laure Meurisse – gérante

06 85 92 05 08

[laure.meurisse@toiledescene.fr](mailto:laure.meurisse@toiledescene.fr)

## CONTENU DE LA FORMATION

### Journée 1 :

#### Identifier ses forces de communicant et les points à travailler par la mise en disponibilité

- Découvrez les techniques théâtrales afin de trouver votre confiance et votre aisance en posture, voix, respiration.
- Apprenez à lâcher prise.

#### Identifiez vos émotions et celles de vos interlocuteurs en développant votre intelligence relationnelle

- Développez votre écoute, votre observation et votre perception des émotions.
- Adaptez votre posture et votre discours en regard des émotions émises par votre auditoire.

#### Travaillez votre présence scénique et votre capacité à vous affirmer et convaincre

- Appréhendez votre impact à la première seconde, en silence et dès les premiers mots.
- Affirmez-vous par le verbe, convainquez en racontant votre histoire à votre auditoire.
- Développez votre discours en toute spontanéité tout en gérant interventions et imprévus.

### Journée 2 :

#### Incarnez votre rôle et portez votre message avec conviction et de manière efficace

- Travaillez votre concentration au travers d'exercices très ciblés impliquant un engagement physique et une incarnation maximale de votre personne et ainsi de votre message.
- Découvrez toutes les manières possibles de vous affirmer au sein de votre entreprise en situation d'interprète au travers d'un texte théâtral.

#### Transposez l'expérience théâtrale dans votre quotidien d'entreprise en prise de parole – développez votre écoute et votre réactivité

- Mettez en regard le travail théâtral effectué avec votre comportement lorsque vous présentez votre travail dans différents contextes (équipe, CODIR, Assemblée). En situation de tension (positive ou négative).

## MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

**LA METHODE SC.E.N.E.** : Une méthode inspirée par les techniques théâtrales et liée aux différentes situations relationnelles en entreprise.

### SORTIR DU CADRE POUR MIEUX Y REVENIR !

**SC** : mettre en disponibilité les participants afin de créer une ouverture par un travail corporel, émotionnel s'appuyant sur les techniques théâtrales.

**E** : déclencher des prises de consciences.

**N** : de la prise de conscience au plan d'action. Incarnation et ancrage des prises de conscience appliquées dans le milieu professionnel.

**E** : le suivi pour un ancrage durable. Plusieurs semaines après la formation, un rendez-vous est pris avec les participants pour une séance de suivi.

Dans chaque phase de cette méthode, nous alternons avec **les théories** (concepts, slides) et **les démonstrations** (vidéos, en direct pour montrer un exercice à réaliser).

Nos deux pédagogies privilégiées sont **les interactions et échanges** avec les participants pendant toute la durée de la formation et surtout **l'ACTION**. Beaucoup de pratique pour ancrer les savoirs par de nombreux exercices.

### ENTRETIENS PRE ET POST FORMATION :

Chaque participant est contacté avant la formation pour un entretien lié à ses attentes, ses besoins et permettant

## MOYENS PEDAGOGIQUES

### EXPOSES THEORIQUES

**Rappel des concepts abordés lors de la formation** : Les participants ont en amont de la formation répondu à un questionnaire relatant les différents sujets abordés lors de la formation. Revue du questionnaire en redonnant les concepts en début de session présentielle.

### EXPERIMENTATIONS

**Prises de conscience** : les participants expérimentent de manière active les différents concepts théoriques. Echanges et réflexions en action. Prises de consciences de là où ils se situent dans les différents concepts.

### EXERCICES

**Entraînement** : Après avoir pris conscience de leur niveau les participants peuvent s'entraîner au travers d'exercices venant du monde des arts, de la synergologie, de l'univers du coaching, hors cadre professionnel.

### MISES EN SITUATIONS

**Ancrage** : Après s'être entraînés les participants ancrent leurs acquis en incarnant les différents apprentissages à travers des mises en situations concrètes, créées en direct lors de la formation ou bien en amont avec le commanditaire ou les participants eux-mêmes lors de l'entretien préalable à la formation.

### DEBRIEFINGS

<p>d'identifier son niveau. Et après la formation pour un entretien visant à connaître son évolution dans son quotidien suite à la formation.</p>	<p><b>Conseils personnalisés :</b> à chaque phase du déroulé de la formation, les participants reçoivent un debriefing personnalisé qui les aide à bien comprendre où ils en sont dans chaque items de la formation. Ils reçoivent des conseils d'amélioration personnalisés.</p>
<p><b>MODALITÉS D'ÉVALUATION</b></p> <p><b>Avant la formation :</b> un entretien téléphonique afin d'identifier les enjeux et attentes du participant.</p> <p><b>Au début de la formation :</b> le stagiaire s'auto-évalue à partir d'une grille critériée.</p> <p><b>Pendant la formation :</b> Les techniques acquises par les apprenants sont évaluées à partir de QCM à la fin de chaque module.</p> <p><b>A la fin de la formation :</b> le stagiaire se ré-évalue à partir de la grille critériée.</p> <p><b>Evaluation de satisfaction :</b></p> <p>A chaud : à la fin de la formation lors de la dernière demi-journée de la formation.</p> <p>A froid : un entretien téléphonique afin d'identifier l'impact de la formation auprès du commanditaire et des participants</p>	<p><b>PROFIL DU(DES) FORMATEUR(S)</b></p> <p><b>LAURE MEURISSE</b></p> <p>Elle a choisi le théâtre (formation Alain Knapp) comme école de vie.</p> <p>Elle en fait son métier comme comédienne, metteur en scène et enseignante.</p> <p>Elle connaît bien le monde de l'entreprise pour avoir été durant 10 ans contrôleur de gestion dans des PME et des grands groupes.</p> <p>Elle crée ToiledeScène en 2006 et transmet depuis, son expérience de la scène, l'incarnation des personnages, son expertise dans la prise de parole et la communication en entreprise. Référente dans le domaine de l'intégration du handicap dans les formations ToiledeScène.</p> <p><b>MOYENS TECHNIQUES</b></p> <p>Salle de 50 m<sup>2</sup></p> <p>Une seule table et 7 chaises.</p> <p>Un paper board</p> <p>Un ordinateur</p> <p>Un vidéo projecteur.</p>