

Formation - Prendre la parole avec aisance

Formation collective

Vous êtes responsable des ressources humaines ou bien dirigeant d'une structure qui se définit par sa forte mixité sociale et culturelle ?

Nous proposons une formation pour les personnes ayant besoin de développer leur aisance à l'oral. Ce parcours d'enrichissement permet une véritable progression en situation professionnelle et/ou personnelle. L'enseignement se fait en cours collectifs. Le contenu du parcours est défini avec les participants afin d'assurer un contenu pédagogique en adéquation avec les besoins professionnels.

Pourquoi ?

- ✓ Pour développer sa force de conviction, son aisance verbale et corporelle dans des situations professionnelles.
- ✓ Pour maîtriser la conduite d'entretien ou de réunion, une présentation orale en interne ou en externe.
- ✓ Pour des espoirs d'évolution professionnelle.
- ✓ Pour développer la confiance en soi à travers des techniques issues du théâtre.
- ✓ Pour améliorer son relationnel au quotidien.
- ✓ Pour développer des moments de convivialité et de solidarité entre les employés.

Faire appel à une association présente depuis très longtemps sur le territoire, c'est aussi :

- ✓ Contribuer à un plus grand ancrage dans ce territoire.
- ✓ Créer du lien entre les salariés et les acteurs de l'économie sociale et solidaire.
- ✓ Participer au développement d'un projet d'intérêt général.

Objectifs pédagogiques

S'exprimer à l'oral, gérer son stress et occuper l'espace dans un cadre professionnel et/ou convivial (en fonction des besoins et des priorités exprimés par la structure demandeuse et l'apprenant).

Le niveau visé dans les différentes compétences sera évalué selon le niveau de départ de l'élève et de ses besoins au vu de son projet professionnel.

Les situations de communication traitées :

- ✓ Prise de parole directe (face à une ou plusieurs personnes).
- ✓ Prise de parole indirecte (téléphone, visionconférences...).
- ✓ Prise de parole avec ses collègues ou sa hiérarchie.
- ✓ Conduite d'entretien ou de réunion.
- ✓ Présentation orale en interne ou en externe.

Les compétences visées :

- ✓ Améliorer sa posture corporelle et contrôler sa respiration.
- ✓ Intensifier sa capacité de conviction à l'oral.
- ✓ S'exprimer avec fluidité et savoir articuler.
- ✓ S'exprimer de manière de manière claire, compréhensible et audible.
- ✓ Développer sa capacité d'écoute lors d'un échange.
- ✓ Prendre conscience du groupe et de l'espace.
- ✓ Harmoniser sa communication orale et corporelle.
- ✓ Gérer ses émotions pour contrôler son stress.

Comment ça se passe ?

Nous proposons une formation structurée :



- ✓ Entretien individuel pour analyser les besoins du participant et auto-évaluation de son aisance à l'oral (expression orale, positionnement de la voix, placement du corps dans l'espace, niveau de stress).
 - ✓ Enregistrement d'une prise de parole filmée comme base de départ de la formation.
 - ✓ Définition des objectifs pédagogiques de la formation, en fonction des besoins, du niveau et des priorités de chaque apprenant.
-
- ✓ Visionnage de situations de prises de parole en vue d'une analyse critique en groupe (forces et faiblesses).
 - ✓ Travail individuel avec une pédagogie ludique et participative basée exclusivement sur des exercices d'entraînement d'acteur adaptés pour des "non-acteurs" (improvisations, lecture de textes, exercices d'éloquence, utilisation de différents registres de discours...).
 - ✓ Pratique de l'expression orale accentuée avec des travaux pratiques. Par un biais créatif, les exercices sollicitent à la fois le contrôle des émotions, le corps et la voix pour développer son aisance orale.
 - ✓ Une évaluation de fin pour clôturer la formation (expression orale à travers une présentation improvisée et la lecture d'un texte, positionnement de la voix, placement du corps dans l'espace). Enregistrement d'une vidéo finale comme point de comparaison avec la vidéo initiale.

Organisation de la formation :

Public : toute personne souhaitant développer sa posture et son impact à l'oral.

Prérequis : aucune connaissance particulière.

Modalités : formation en présentiel.

Calendrier et durée totale de la formation : à définir avec le bénéficiaire et, le cas échéant, la structure finançant la formation.

Horaires et rythme : à définir avec le bénéficiaire et, le cas échéant, la structure finançant la formation.

Délai d'accès : 2 mois.

Ce que nous mettons à disposition

- ✓ Un.e spécialiste en technique théâtrale.
- ✓ L'ensemble des équipements nécessaires à la bonne tenue des modules (audio, vidéo...).
- ✓ Des supports de cours et un espace partagé sur internet regroupant les supports de cours et différentes ressources pédagogiques.

Ce dont nous avons besoin

- ✓ Une salle spacieuse, modulable et équipée (tableau).
- ✓ Des tables et des chaises.
- ✓ Un vidéo projecteur avec surface de projection.
- ✓ Une connexion internet.

Accessibilité

L'association s'assure que les locaux proposés par les structures soient accessibles aux personnes à mobilité réduite.

Les formations peuvent être adaptées pour les personnes malvoyantes. Nous contacter pour plus d'informations. Le tarif pourra être revu en fonction du besoin du ou des candidats concernés.

Tarifs

Formation collective (6 à 12 personnes) – 14 heures sur 2 jours – 1800 euros TTC*

*Possibilité sur 21 heures soit 3 jours à 2300 euros TTC

Formation prise en charge par la formation professionnelle.

Pour toute demande de renseignement, contacter :

Association Mots et Regards

Adélaïde Pitré

motsetregards@gmail.com

09 72 43 50 38