Programme de Formation

Parole Vivante

Organisation

Durée : 16 heures et 30 minutes

Mode d'organisation : Mixte

Contenu pédagogique

Public visé

Tout collaborateur amené à prendre la parole en public. Débutants ou souhaitant consolider les bases en expression orale

Objectifs pédagogiques

Chaque prise de parole est un moment clé pour transmettre ses idées.

Pourtant, le trac ou un manque d'aisance peuvent compromettre l'impact d'un message, diluant l'expertise de vos collaborateurs. La formation inter-entreprises « **Parole Vivante** » est conçue pour débloquer le potentiel expressif de vos talents. Ils apprendront à :

1. Se situer dans les différentes composantes de la communication orale
2. Identifier leurs points de vigilance et leurs ressources pour mieux les mobiliser en situation
3. Affirmer leur présence physique et vocale
4. Valoriser l'énergie du trac ou du stress au service de l'action

En somme, cette formation permet de revoir **les bases de la prise de parole en public**, pour gagner en aisance et en impact à l'oral.

Description

Cette formation se déroule en inter, c'est-à-dire avec plusieurs participants issus de différentes entreprises, au sein de nos locaux.

Elle est fondée sur une **approche active et expérientielle**, favorisant l'ancrage des apprentissages :

- **Apports méthodologiques ciblés** pour acquérir des outils :

▶️ **Comment établir et soutenir la relation ? :** Se situer dans l'espace et maîtriser son environnement • Etablir et maintenir la relation à l'auditoire par le contact visuel • Renforcer sa présence physique • Maîtriser le trac du démarrage

▶️ **Comment construire et délivrer son message ? :** Expérimenter une démarche de préparation et de construction orale efficace • S'entraîner à la parole persuasive • S'assurer que les arguments sélectionnés contribuent à faciliter compréhension, mémorisation et adhésion

▶️ **Comment créer un lien avec son auditoire ? :** Centrer son intérêt sur la logique de l'autre pour faire évoluer son discours • Utiliser la force du questionnement et de l'écoute active

▶️ **Entraînement à la recherche d'adhésion :** Maîtriser son intervention et la rendre plus efficace • Regrouper l'ensemble des dimensions étudiées durant la formation : *intellectuelle, relationnelle, comportementale (gestuelle et voix), émotionnelle*

- **Utilisation de notre méthode exclusive des 5 leviers** pour performer à l'oral ©
- **Temps de préparation et de réflexion** sur ses propres situations et en binôme

- **Jeux de rôles/Mises en situation** en partant de **problématiques concrètes** pour s'entraîner, avec analyse et débriefing
- **Exercices pratiques,** issus de la formation des acteurs
- **Utilisation de l'intelligence collective grâce aux feedback entre pairs**
- **Définition d'un plan d'action personnel**

Prérequis

Cette formation est accessible à tous et ne nécessite pas de compétences techniques particulières.
Les participants doivent simplement :

- **Être motivés pour améliorer leur communication orale** : l'envie de progresser est le moteur principal
- **Accepter de participer à des exercices pratiques** : la prise de parole se développe avant tout par l'expérimentation et la mise en situation
- **Faire preuve d'ouverture et de disponibilité au feedback**, pour pouvoir ajuster sa posture, son expression et son aisance
- **Avoir une idée générale de leurs objectifs** *(gagner en confiance, structurer un discours, parler face à un public, gérer le stress…)*, afin d'orienter les mises en pratique

Modalités pédagogiques

1.Une pédagogie de l'action

Appuyée sur notre **"trépied du progrès"**, elle est active et pratique, et vise à donner à chaque participant l'autonomie indispensable à toute progression durable. Des repères théoriques ainsi que des méthodes sont transmis de manière interactive et complètent les nombreux exercices pour aider à l'appropriation du contenu.

2. Des sources multiples

Issue de différentes approches notamment **des techniques théâtrales**, l'école de *Palo Alto*, la *Psychologie positive*, elle vise la valorisation des ressources individuelles pour leur mise en oeuvre dans le contexte professionnel de nos apprenants.

3.Une personnalisation des apprentissages

Avec notre systématisation des feedback après un exercice synthèse *(en précisant les points de force et les axes de développement, selon une grille préétablie).*

Moyens et supports pédagogiques

Des supports de formation sont remis aux participants. Sous forme de **fiches récapitulatives**, ils contiennent les **principaux concepts** que nos formateurs vont délivrer pendant la formation. Le plus souvent, elles sont au format **digital (pdf)** et sont adressées par mail. Dans certains cas, il peut s'agir de **documents papier**.

Si la formation se déroule dans nos locaux, notre bibliothèque, forte de plus de **200 livres**, est à la disposition de nos participants, en libre accès. Notre équipe est également disponible pour un **partage d'expérience** avec nos participants.

Modalités d'évaluation et de suivi

Évaluation permanente

- Au fil de l'eau lors des différentes mises en situation
- En fin de formation : sur un exercice de synthèse
- Après la formation : via un formulaire en ligne

Informations sur l'accessibilité

Pour toute demande relative à l'accessibilité ou à des besoins spécifiques concernant une personne en situation de handicap, que la formation Quilotoa soit réalisée dans nos locaux ou chez nos clients, nous vous prions de bien vouloir contacter **Nathalie BARBEY** au **01 47 48 18 18** ou par courriel à l'adresse **n.barbey@quilotoagroup.com**. Cela permettra au formateur d'ajuster les conditions de son intervention.