

« Savoir prendre la parole au travail »



DETAILS DU CONTENU

Jour 1

Les bases de la prise de parole :

L'éloquence : de quoi parle t-on ?

Combattre les idées reçues

Reconnaître ses points forts : analyser son propre fonctionnement en public

Qualités et axes de progrès

Bien connaître son public

Structurer son discours :

o Capter l'attention par une bonne accroche

o Entrer dans le vif du sujet

o Marquer les esprits et susciter l'intérêt

o Balayer les objections éventuelles

o Argumenter pour présenter son projet ou défendre son idée

o Conclure en mentionnant un élément clé

Jour 2

Gagner en présence :

Contrôler et évacuer le stress pour gagner en présence et en efficacité à l'oral.

Sophrologie et visualisation, Training Autogène de Schultz, Technique de Jakobson.

Jour 3

S'affirmer face à son interlocuteur

Maîtriser le paraverbal et le non- verbal :

o Le regard

o La posture

o La gestuelle

o L'expressivité

o La spontanéité et l'humour

OBJECTIFS

-Trouver son style et maîtriser les subtilités de la communication orale.

-Contrôler et évacuer le stress pour gagner en présence et en efficacité à l'oral.

-Utiliser la couleur, la tessiture et le volume de la voix, la respiration, la gestuelle et regard.

-Découvrir des outils concrets : exercices psycho-corporels, mises en situation

Public :

Cette formations s'adresse à tout professionnel.le de santé

Pas de prérequis

Intervenante :

Bénédicte Fieller
Psychologue clinicienne

Durée :

3 jours (14H)

Lieu et tarif :

En intra : nous consulter

En inter : dates et tarifs sur le site www.ekofor.fr

Contact :

Nathalie Morinière
ekofor05@gmail.com
06 85 74 34 27

Profil formatrice

Bénédicte Flieller, Psychologue clinicienne, Sophrologue, auteur de CD de sophrologie, formée aux techniques cognitives et comportementales, après des études orientées vers la psychopathologie. Ses domaines d'expertise sont la communication, la gestion des émotions, le renforcement de l'estime de soi et de la confiance en soi ainsi que la créativité.



Méthodes mobilisées

La formation se déroule en présentiel, les outils utilisés pour optimiser les compétences des stagiaires. Pédagogie concrète accessible à tous pour intégrer les concepts et vivre la formation avec intérêt. Chaque formation est participative :

- un temps d'apprentissage des concepts et notions générales sur le sujet avec supports et quizz,
- un temps de partage des expériences de groupe,

un temps de mise en pratique des notions abordées grâce à des exercices coopératifs, des mises en situation concrètes, des échanges constructifs et participatifs.

Un dossier pédagogique est donné à chaque stagiaire afin de faciliter la pédagogie et la réalisation des exercices.

Mode d'évaluation et de validation

Évaluation de la formation en intra-établissement à partir:

- d'un questionnaire des connaissances et attentes un mois avant la formation,
- d'un Auto-positionnement des connaissances en début de formation,
- d'une Auto-évaluation des connaissances en fin de formation,
- d'un questionnaire en fin de formation et bilan oral (évaluation du NPS)
- d'un questionnaire à 3 mois après formation avec le demandeur

Attestation de formation : l'apprenant obtient une attestation de fin de formation



Modalités et délais d'accès

Notre organisme de formation s'engage à répondre en 48h à toute demande d'information relative pour toute formation. Une fois le contact établi, nous envisagerons conjointement la date la plus appropriée en fonction de vos besoins et de vos enjeux. Sauf cas particulier, la mise en place de la formation pourra se faire dans les 6 mois suivant votre demande.

Accessibilité aux personnes en situation de handicap

Nos formations sont a priori accessibles à tous. Cependant en cas de doute, nous vous invitons à prendre contact directement avec nous, en amont de la formation, pour que nous puissions en discuter et au besoin adapter notre pédagogie et nos activités en fonction des situations de handicap qui pourraient se présenter. Dans le cas où nous ne serions pas en mesure de répondre à vos attentes, nous avons dans notre liste de partenaires l'Agefiph vers lequel nous pourrions vous orienter.



L'accès aux Hautes-Alpes se fait par l'autoroute jusqu'à Gap par le sud puis la N85; par l'autoroute jusqu'à Vizille et le Col du Lautaret par le Nord. Possibilité par le train, de Paris le train de nuit est direct jusqu'à Briançon, en passant par Gap, Embrun, l'Argentière les Ecrins. La Roche de Rame est l'arrêt de l'Argentière les Ecrins.