STAGE UP
Booster De Compétences

FORMATION PROFESSIONNELLE
BUSINESS

# EXPRESSION ORALE ET PRISE DE PAROLE

MANAGEMENT

**PUBLIC**

Tout public.

**PRÉREQUIS**

Aucun.

**OBJECTIFS DU STAGE**

La formation Expression orale et prise de parole a pour objectifs de :
• Savoir prendre la parole en public.

**DURÉE**

2 jours

**PÉDAGOGIE**

METHODE PEDAGOGIQUE : Formation dispensée par un formateur professionnel spécialisé principalement en prise de parole et coaching.

## FORMATION RÉF. BU03005 :

# EXPRESSION ORALE ET PRISE DE PAROLE

## Optimiser son efficacité personnelle.

2 jours  Partout en France

Prise en charge OPCO : oui

Version 1 - MàJ : 03.04.2024

Vous êtes un professionnel à la recherche d'une formation **Expression orale et prise de parole** ?
STAGE UP met à votre disposition toute son expertise technique et pédagogique qui vous permettra d'atteindre vos objectifs.
Que vous soyez une entreprise ou un institutionnel, la formation **Expression orale et prise de parole** est assurée par nos formateurs sélectionnés pour leurs compétences reconnues (certification….) et leurs qualités

Méthode pédagogique participative.
Divers supports de cours.

METHODE D'EVALUATION :
Test de niveau (QCM) effectué en début et en fin de formation de manière à mesurer la progression de l'apprenant et de valider ses acquis.
Quizz intermédiaires à l'oral tout au long du parcours.

SANCTION :
Attestation de formation.

Formation théorique et pratique

## INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES

**TARIF :** Nous consulter
1 à 16 personnes
**RENSEIGNEMENTS :**
contact@stageup.fr

relationnelles.
Quelque soit le niveau des stagiaires, un suivi pédagogique est assuré avant, pendant et après la formation, de manière à constater les acquis et ainsi permettre une mise en œuvre rapide dans un contexte professionnel.
Vous souhaitez organiser votre formation **Expression orale et prise de parole** facilement et de manière personnalisée ? Optez pour une solution en intra, ou participez à une de nos sessions collectives (inter), dans la limite des places disponibles.

Participez à la formation Expression orale et prise de parole à Paris, Lille, Marseille, Lyon, Bordeaux, Toulouse, Strasbourg, Nantes, Montpellier, Rennes, Grenoble, Angers, Clermont-Ferrand, Nancy.

# Contenu

Notre formation **"Expression Orale et Prise de Parole"** est conçue pour aider les participants à développer leurs compétences en communication verbale et à gagner en confiance lors de prises de parole en public.

En explorant des techniques de présentation, de gestion du stress et d'articulation, nous accompagnons nos apprenants vers une expression claire, persuasive et impactante. Grâce à cette formation, les participants deviendront des communicateurs plus efficaces et pourront s'exprimer avec assurance dans divers contextes professionnels et personnels.

## PROGRAMME DE FORMATION

### Communication et expression orale

- principes de base de la communication.

### Prise de parole : intéresser et convaincre

- travail approfondi sur l'expression verbale et non-verbale.
- etude des facteurs de conviction dans la forme et le fond d'un message.

### Prise de parole et interactivité

- s'exprimer mais aussi faire s'exprimer.

### Explorer la situation :

- la recherche des représentations mentales et/ou croyances sur l'affirmation de soi.
- la métaphore de l'affirmation.
- la mise a jour des risques à oser.
- la recherche des sentiments et émotions inadaptés a l'assertivité.

## S’affirmer :

- les différentes attitudes possibles (attaque, fuite, manipulation, assertivité) : identification, reconnaissance, différenciation.
- test : êtes-vous assertif? (évaluer ses aptitudes a s’affirmer)?
- les comportements relatifs a ces blocages, leurs causes et leurs conséquences :
- sa respiration…
- etre proactif et non réactif.
- ancrer son assertivité.
- inventaire des émotions et des sentiments parasites de chacun, et identification des ressources a mettre en place.
- savoir reconnaitre les attitudes non assertives et les transformer en attitudes assertives.
- mettre en place le changement, des aujourd’hui
- les messages permissifs a se donner.
- l’acquisition et la gestion des ressources, qualités ou savoir-être nécessaires à une affirmation juste de soi.
- travailler sa voix, ses attitudes corporelles, oser dire ses besoins, ses limites…
- se définir un contrat d’engagement.

## Fin de formation

- conclusions.
- test de niveau et correction.
- évaluation qualitative.
- validation des acquis.
- remise de l’attestation de formation.
- remise d’un support de cours et documents annexes.

## Votre formateur Expression orale et prise de parole

Des experts à votre service

Fort d’une expérience opérationnelle en projet, votre formateur **Expression orale et prise de parole** a été sélectionné par nos services pédagogiques tant pour son expertise que pour ses qualités pédagogiques et sa volonté de transmettre son savoir faire.

## Formation Expression orale et prise de parole dans vos locaux ou en ligne

Quel format choisir ?

Ces deux formats de formation offrent chacun leurs intérêts pratiques. Chaque participant ayant ses préférences et ses contraintes en matière d’organisation, nous vous garantissons une formation réussie que ce soit en présentiel ou en distanciel.

**Les avantages du présentiel :**

Déplacement dans vos locaux et partout en France. La formation peut soit se dérouler dans une pièce dédiée soit dans la pièce principale de votre agence si sa configuration le permet.

- meilleur relationnel avec le formateur.

- meilleure assiduité.
- temps de formation concentré sur une période donnée.
- possibilité de former plusieurs personnes simultanément et de manière plus efficace.

**Les avantages du distanciel :**

Il est important d'être équipé du matériel nécessaire à savoir : poste informatique équipé, connexion internet fibre, webcam, micro et casque audio. Un lien de réunion type Zoom ou Teams sera fourni aux stagiaire directement par le formateur.

- possibilité d'espacer les séances.
- nombre de participants plus limité.

## Comment financer la formation Expression orale et prise de parole ?

OPCO, POLE EMPLOI, CPF...

En tant qu'organisme de formation s'adressant principalement aux professionnels, nous vous conseillons et nous vous accompagnons dans vos démarches pour la prise en charge en tout ou partie de votre formation **Expression orale et prise de parole**
Nos principaux partenaires sont les OPCO tels que par exemple :

- opco ep pour les salariés d'agences d'architecture.
- atlas pour les bureaux d'études et économistes de la construction
- fif pl pour leurs dirigeants non salariés en profession libérale.
- afdas pour les salariés d'agences de communciation, spectacle, production...

un chiffrage ainsi que les possibilités de financements selon votre opco vous seront adressés par un de nos conseillers en formation.

## Ils nous ont fait confiance pour leur formation Expression orale et prise de parole ?

voir un échantillon de quelques clients

**Nos formations Expression orale et prise de parole** sont réalisables partout en France, à domicile ou sur lieu de travail.
**Formation Expression orale et prise de parole** Paris, Lyon, Marseille, Lille, Nice, Bordeaux, Toulouse, Montpellier, Strasbourg...
Prise en charge par votre OPCO (Atlas, Opco EP, Akto, Afdas, FIF PL...).

Centre de formation STAGE'UP
Siège social: 23 rue Antigna 45000 ORLEANS
Service commercial: 14 rue d'Amsterdam 75009 PARIS
Siret: 488 346 610 000 30 APE: 8559A N° Existence: 24 45 02361
email: contact@stageup.fr
01 47 23 79 72

formation dispensée
PARTOUT EN FRANCE

formation éligible
PLAN DE FORMATION