

## Expression orale et mise en scène de soi

Ce programme de formation fait partie du Cycle 1 des écoles du management. Il peut être suivi indépendamment des autres modules de ce cycle.

### Publics concernés

Animateur d'une équipe, leader, pilote.

### Durée de la formation

2 jours (14 heures)

### Prérequis

Pas de prérequis.

### Objectifs

En fin de formation, les bénéficiaires seront capables de :

Développer des capacités d'animateur et d'orateur

Être plus à l'aise lors de ses prises de parole

Renforcer sa communication verbale et non-verbale.

Renforcer sa confiance en soi

Développer sa posture et son leadership

### Suivi et évaluation

#### Mode de suivi :

- Modalités de suivi propre à l'AFPI CVDL, inscrites dans une démarche qualité enregistrée auprès du DATADOCK

#### Evaluation :

- Restitution d'un plan d'action personnel avec 3 actions de court-terme suivant le profil de personnalité, les objectifs définis et utilisant les outils présentés

### Méthode pédagogique et Encadrement

#### Méthode pédagogique :

- Présentations
- Travaux individuels et en sous-groupes

#### Mode d'apprentissage :

- Formation en présentielle basée sur l'alternance de différentes modalités pédagogiques

#### Encadrement :

- Formateur expert

### Moyens techniques et livrable fin de formation

- Attestation de formation

## Programme

*Jour 1 - matin*

- Attentes du groupe
- Auto-évaluations
- Enjeux de la communication orale
- Attendus professionnels
- Pourquoi la prise de parole est clé pour captiver
- Pourquoi avons-nous peur ?

*Jour 1 – après-midi*

- Mon profil de personnalité DISC
- Réussir la 1ère impression
- Optimiser sa communication :
  - Voix
  - Posture
  - Corps
  - Gestion du temps

*Jour 2 - matin*

- Préparer sa prise de parole
- Améliorer son message
- Comment être à l'aise
- Gestion du stress

*Jour 2 – après-midi*

- Check-list
- Plan d'action personnel et professionnel
- Restitutions collectives
- Retour sur auto-évaluations

### Lieux, dates et tarif de la formation

- Contactez-nous par l'intermédiaire de notre site internet :
- [www.pole-formation-uimm-centrevalde Loire.com](http://www.pole-formation-uimm-centrevalde Loire.com)

### Contacts

Voir en bas de page les adresses et numéros de téléphone de nos sites de formation en Région Centre-Val de Loire.