

SOFT SKILLS

Fiche 53. AMÉLIORER SES INTERVENTIONS À L'ORAL

 **DURÉE CONSEILLÉE** : une journée

 **PRIX** : nous consulter

 **PRÉREQUIS (CONNAISSANCES)** : Aucun

 **POUR QUI ?** : Chaque acteur de l'entreprise

Nous vous invitons à nous communiquer toutes spécificités individuelles (par exemple un handicap ou situation de handicap) pouvant nécessiter une adaptation de la formation.

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES GENERAUX DE LA FORMATION

- ☐ SAVOIR PRÉPARER SON INTERVENTION EN AMONT
- ☐ SAVOIR APPRIVOISER SON STRESS ET L'UTILISER À BON ESCIENT
- ☐ IDENTIFIER LES POSTURES ET FONDAMENTAUX DE LA COMMUNICATION ORALE

Les objectifs pédagogiques opérationnels sont détaillés dans le programme par module.

PROGRAMME (ADAPTABLE SUR MESURE SELON VOS ENJEUX ET BESOINS*)

AVANT :

Autodiagnostic, recueil des attentes préliminaires et documents de préparation multiformats (exemples : vidéos, infographies, ...).

PENDANT :

MODULE 1 : LA PREPARATION

- Identifier ses forces et axes d'améliorations
- Savoir préparer son support
- Connaître les méthodes clés d'introduction et de conclusion
- Connaître les fondamentaux d'une improvisation structurée
- Identifier et comprendre des exercices de préparation (articulation, mémorisation...)



Activité : autodiagnostic de ses forces et axes d'améliorations

MODULE 2 : LA GESTION DU STRESS ET DE SES EMOTIONS

- Savoir valider ses émotions
- Définir le stress comme un outil d'adaptation
- Pouvoir évacuer ses pensées limitantes avec la méthode du « Pink Bucket »
- Définir le « trac » et pouvoir y faire face
- Pouvoir utiliser la respiration comme alliée



Activité : Exercice de cohérence cardiaque collective

***PARLONS ENSEMBLE DE VOTRE PROJET, CONTACTEZ-NOUS :**

PAR EMAIL : 
CONTACT@EKILIBRE-CONSEIL.COM

PAR TÉLÉPHONE : 
01.53.45.54.21

VIA NOTRE SITE INTERNET : 
<https://ekilibre-conseil.com/>

MODULE 3 : POSTURE ET COMMUNICATION, QUE FAIRE ?

- Prendre conscience de l'importance du verbal, para verbal et non verbal
- Comprendre et appliquer :
 - Les posture clés de l'orateur : confiant et dynamique
 - La maîtrise du silence et sa gestuelle
 - L'importance du contact visuel
- Identifier les clés de l'interaction avec son auditoire
- Savoir accueillir les questions et feedbacks

 **Activité** : Mise en situation en intelligence collective : pratique du storytelling.

APRÈS :

Accès privilégié à l'espace Ekilibre Académie pour consulter vos documents à remplir, les supports de formation et notre section « pour aller plus loin » pour approfondir vos connaissances.

EVALUATION ET ATTESTATION DE LA FORMATION :

- ✓ Evaluation des acquis (Test QCM, cas pratique, mise en situation, étude de cas)
- ✓ Evaluation de la satisfaction à chaud (questionnaire individuel et note de synthèse pour le groupe)
- ✓ En option : Evaluation à froid
- ✓ Attestations : des acquis et de suivi pour chaque participant

L'EXPERIENCE EKILIBRE ACADEMIE, C'EST AUSSI :

- Une approche pédagogique adaptée à une formation active et participative.
 - Des formateurs passionnés, experts et à votre écoute.
 - Des formations qui placent l'apprenant au cœur du processus d'apprentissage.
- ➔ Permettant un taux de réussite de 100 %

LES OPTIONS :

- Durée de la formation ajustable
 - Format également disponible en anglais
 - Consolidation des apprentissages par la mise en œuvre d'ateliers de retour d'expérience à 3 mois
 - Format adaptable en 100% distanciel et interactif
 - Formation mixte (Présentiel et distanciel)
- ➔ En cas de format distanciel : nécessité de disposer d'un ordinateur et d'une connexion internet.

SOMMAIRE

***PARLONS ENSEMBLE DE VOTRE PROJET, CONTACTEZ-NOUS :**

PAR EMAIL : 
CONTACT@EKILIBRE-CONSEIL.COM

PAR TÉLÉPHONE : 
01.53.45.54.21

VIA NOTRE SITE INTERNET : 
<https://ekilibre-conseil.com/>