

Pourquoi, une formation prise de parole ?

Prendre une formation en prise de parole peut être bénéfique car cela peut améliorer la confiance en soi, la capacité à communiquer efficacement et la capacité à présenter des idées de manière claire et convaincante.

Cela peut également aider à renforcer votre image et ou l'image de l'entreprise en améliorant la qualité de la communication avec les clients et les partenaires commerciaux.

Objectif principal

C'est d'aider les participants à devenir des orateurs plus compétents et à se sentir à l'aise en exprimant leurs idées et leurs opinions devant un groupe.

Cela peut être particulièrement utile dans un contexte professionnel où la capacité à communiquer de manière claire et convaincante est essentielle pour réussir dans sa carrière.

Vision

une formation en communication et prise de parole doit être interactive, pratique et orientée vers les résultats, en permettant aux participants de développer leurs compétences de communication et de confiance en soi tout en répondant aux besoins spécifiques de leur public.





Atelier prise de parole & Communication



+33-7.85.81.81.24



www.annevandensande.com



info@annevandensande.com



Accompagnement individuel ou en groupe en prise de parole

Objectif :

- Trouver sa cohérence dans sa communication verbale et non verbal
- Devenir autonome dans sa prise de parole
- Prendre la parole plus souvent avec aisance et naturel

Programme

se connecter à ses 3 canaux de communication

- Verbal, non verbal & paraverbal et améliorer ses compétences en tant qu'orateur
- Développer ses forces intérieures
- Se mettre en scène
- Prendre l'espace & gérer son temps
- Construire son intervention
- Actionner la puissance d'un bon démarrage et d'une bonne fin
- Jouer avec les silences, les rythmes, le changement de voix
- Être capable de réagir quoi qu'il arrive

**Des exercices pratiques, des études de cas, des jeux de rôle
et des retours constructifs peuvent être utilisés
pour faciliter l'apprentissage
et l'application des compétences.**





La pédagogie

Prendre conscience de son image :

pour être un bon orateur, il est important de prendre conscience de son image et de l'impression que l'on donne aux autres.
Cela inclut la façon dont on s'habille, la posture, la gestuelle et l'expression du visage.

Développer ses forces intérieures :

Il est important de découvrir et de développer ses forces intérieures pour être confiant et convaincant lors de sa prise de parole.
Cela peut inclure la confiance en soi, la résilience, la créativité, la spontanéité et l'humour.

Se mettre en scène :

Pour captiver l'attention du public, il est important de savoir comment se mettre en scène grâce à son corps, sa voix et sa personnalité.
Cela inclut la gestuelle, l'intonation, le rythme, le débit de la voix et la façon de se déplacer sur scène.





Prendre l'espace et gérer le temps :

Il est important de savoir comment prendre l'espace et gérer le temps pour être efficace dans son discours et capter l'attention du public.

Cela inclut la façon de se déplacer sur scène, la gestion des pauses et la maîtrise du temps de parole.

Construire son intervention :

Pour être percutant et convaincant, il est important de savoir comment construire son intervention.

Cela inclut la structure du discours, la présentation des idées clés et la façon de les développer.

Actionner la puissance d'un bon démarrage et d'une bonne fin :

Pour captiver l'attention du public dès le début et la maintenir jusqu'à la fin, il est important de savoir comment actionner la puissance d'un bon démarrage et d'une bonne fin.

Cela inclut la façon d'ouvrir le discours, la façon de le clôturer et la gestion des transitions.





Méthode d'apprentissage d'un texte pour rester naturel

Pour être naturel lors de la prise de parole en public, il est important de savoir comment apprendre un texte sans paraître trop mécanique.

Cela inclut la façon de mémoriser le texte, la façon de le répéter et la façon de l'interpréter de manière naturelle.

Jouer avec les silences, les rythmes, le changement de voix :

Pour être captivant et varié dans son discours, il est important de savoir comment jouer avec les silences, les rythmes et le changement de voix.

Cela inclut la façon de faire des pauses, la façon de varier le débit de la voix et la façon de changer l'intonation.

Être capable de réagir quoi qu'il arrive :

Pour être efficace lors de la prise de parole en public, il est important d'être capable de réagir quoi qu'il arrive.

Cela inclut la capacité à s'adapter aux imprévus, à gérer les questions difficiles et à rester calme et confiant en toutes circonstances.





Accompagnement individuel VS groupe ?

Il existe plusieurs différences entre une formation en groupe et une formation en individuel :

LA DYNAMIQUE :

- **Lors du groupe** les participants peuvent interagir, échanger des idées et partager des expériences, ce qui peut être bénéfique pour enrichir les discussions et apprendre de nouvelles perspectives.
- En revanche, **lors d'une formation individuelle**, le participant est seul avec le formateur, ce qui peut être bénéfique pour une attention plus personnalisée

LE RYTHME DE LA FORMATION :

- **Pour la formation en groupe**, le rythme est déterminé par l'ensemble des participants et peut être plus rapide ou plus lent en fonction de la compréhension de chacun.
- **Lors d'une formation individuelle**, le rythme est déterminé par le participant, qui peut prendre son temps pour assimiler les connaissances et poser des questions en cours de route.



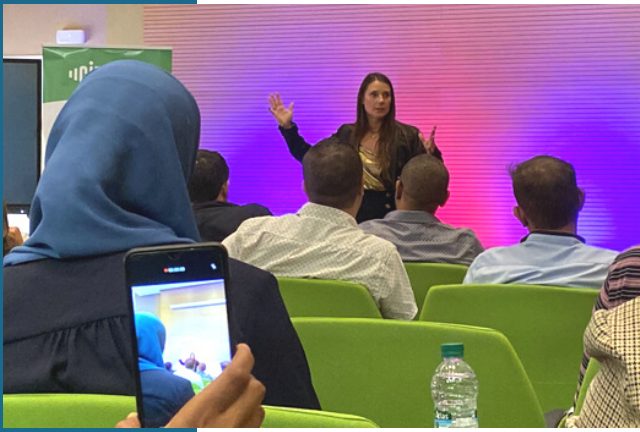


LA PERSONNALISATION DE LA FORMATION :

- Pour la formation en groupe, le contenu est souvent standardisé pour convenir à tous les participants. préférences de chacun.
- Lors d'une formation individuelle, je peux adapter le contenu et les méthodes d'enseignement aux besoins spécifiques du participant, ce qui peut être bénéfique pour un apprentissage plus ciblé et efficace.

*En fin de compte, **le choix entre une formation** en groupe ou en individuel dépendra des objectifs d'apprentissage et des préférences de chacun. La pédagogie pour ces sujets peut varier en fonction des besoins et des objectifs spécifiques de chaque individu.*





Qui suis-je ?

La parole, c'est le pouvoir de partager des idées, des mots, des silences, c'est être là pour l'autre, avec l'autre et pour soi. C'est une vague qui va et vient qui ressemble à l'océan : tantôt calme, parfois agité, mais qui finit toujours sa course et vient se déposer sur le cœur de celui qui l'écoute.

La parole transforme ceux qui la partagent et ceux qui la reçoivent.

C'est ma profonde conviction et, selon moi, le rôle d'une formatrice en communication : partager des mots et des silences tout en autorisant le stagiaire d'assumer son authenticité. C'est accompagner chaque personne à prendre confiance en sa parole pour se dévoiler et faire ressortir le meilleur et faire comprendre son message, tout en gardant sa sensibilité, sa personnalité, sa puissance, sa force de conviction et son énergie.

Forte de toutes mes expériences dans le monde du spectacle, de comédienne professionnelle, formée au Conservatoire de Bruxelles ou encore à Montréal et à Paris à l'Académie Audiovisuelle, sur scène ou à la télévision, formée à diverses thérapies brèves, je mets toutes mes compétences et mon savoir-faire au service de la réussite de votre objectif dans la bienveillance et la bonne humeur.

Être formatrice est une responsabilité qui requiert de l'expérience, de l'expertise, de l'humilité, de l'écoute, de l'empathie et surtout aussi de la bienveillance.





www.annevandensande.com

info@annevandensande.com

+33-7.85.81.81.24

Ils m'ont fait confiance

