

Communication orale

Prise de parole par la voix et le souffle - Avec certification

3 jours (21 heures) | ★★★★★ 4,6/5 | COMO-SOUFL2 | Code Certif Info : 94819 | Certification Prise de parole par la voix et le souffle (incluse) | Évaluation qualitative de fin de stage | Formation délivrée en présentiel ou distanciel ⁽¹⁾

Formations Management > Communication > Communication orale



À l'issue de ce stage vous serez capable de :

- Optimiser votre voix
- Communiquer avec sérénité et efficacité
- Capter l'attention par la voix et la posture
- Développer votre concentration
- Prendre plaisir à la prise de parole en public
- Apprendre à vous préparer avant une prise de parole.

Niveau requis

Echange avec le formateur en amont de la formation.

Public concerné

Tout public.

Cette formation :

- Est animée par un consultant-formateur dont les compétences techniques, professionnelles et pédagogiques ont été validées par des diplômes et/ou testées et approuvées par l'éditeur et/ou par M2i Formation
- Bénéficie d'un suivi de son exécution par une feuille de présence émarginée par demi-journée par les stagiaires et le formateur.

(1) Modalité et moyens pédagogique :

Formation délivrée en présentiel ou distanciel * (e-learning, classe virtuelle, présentiel à distance). Le formateur alterne entre méthodes ** démonstrative, interrogative et active (via des travaux pratiques et/ou des mises en situation). La validation des acquis peut se faire via des études de cas, des quiz et/ou une certification.

Les moyens pédagogiques mis en oeuvre (variables suivant les formations) sont : ordinateurs Mac ou PC (sauf pour les cours de l'offre Management), connexion internet fibre, tableau blanc ou paperboard, vidéoprojecteur ou écran tactile interactif (pour le distanciel). Environnements de formation installés sur les postes de travail ou en ligne. Supports de cours et exercices.

* Nous consulter pour la faisabilité en distanciel. ** Ratio variable selon le cours suivi.

Programme

Introduction

- Présentation de chacun
- Attentes et objectifs visés de chaque participant
- Présentation de la formation

Maîtriser la voix

- Développer l'impact de la voix à partir d'un geste vocal en lien avec le souffle profond
- Donner du relief à son discours
 - Articulation
 - Pauses
 - Rythmes...
- Développer le timbre et le souffle en utilisant le corps comme caisse de résonance

Maîtriser le souffle et la présence

- Prendre conscience de l'importance d'un training préparatoire avant une prise de parole en évacuant les tensions corporelles pour libérer le souffle et la voix
- Poser la voix sur le souffle pour installer un climat propice à l'écoute
- Développer sa respiration à l'aide de la méditation
- Construire la posture corporelle adéquate : enracinement et conscience de l'axe vertical
- Canaliser ses émotions pour gagner en conviction en s'appuyant sur le corps et sur le mouvement interne (concept propre aux arts martiaux)
- Développer le charisme
- Maîtriser sa communication en toute circonstance

Acquisition de l'outil de communication

- Savoir préparer son intervention pour avoir un discours clair
- Se présenter de manière synthétique pour ne pas perdre l'attention de son auditoire
- S'adapter à diverses situations de communication et d'interaction en dégageant l'intellect des émotions, afin de communiquer de manière optimale en mobilisant toutes ses compétences pour interagir efficacement avec les autres

Evaluation de la compétence

- Etude de cas
- Passage devant un jury

Synthèse de la session

- Réflexion sur les applications concrètes que chacun peut mettre en oeuvre dans son environnement
- Conseils personnalisés donnés par l'animateur à chaque participant
- Bilan oral et évaluation à chaud

Certification "La Voix et le Souffle" (incluse)

- L'examen a lieu la dernière journée et dure 1h30 l'après-midi
- Déroulement du passage de la certification "La Voix et le Souffle" :
 - Une présentation orale d'une heure (dont temps de préparation) devant un jury comportant 2 exercices :
 - Exercice 1 : une partie lecture
 - Exercice 2 : une prise de parole devant un public avec un temps d'échanges questions / réponses
 - Un témoignage de ce que l'apprenant a retenu sur cette formation : questions écrites
 - Délibération des jurys
 - Conseils personnalisés pour continuer à entretenir sa voix
 - Conseils bibliographiques

Les + de la formation

A l'issue de ce stage, vous aurez acquis une compétence durable qui vous sera utile dans l'ensemble de votre parcours professionnel et une certification enregistrée au registre du RNCP.

La méthode Voix et Souffle est une pédagogie unique basée sur la pratique d'exercices physiques.