

## Expression orale et mise en scène de soi

Ce programme de formation fait partie de la filière de formation de préparation au CQPM Responsable d'équipe. Il peut être suivi indépendamment des autres modules

### Publics concernés

Chef de Service, Responsable opérationnel en lien direct avec le Comité de Direction (cadre, futur cadre, jeune ingénieur), Responsable de projet complexe (technique, organisation, industrialisation), Responsable de PME.

### 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-évaluation

### Lieux, dates et tarif de la formation

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

### Contacts

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