

PROGRAMME DE LA FORMATION

« *Savoir parler en public dans le contexte des ONG* »

Dates : du 21 au 22 mars puis le 14 mai après-midi 2019 (obligatoire)
 Horaires à titre indicatif : 9h30 à 17h30 les 21 et 22 mars - 14h à 17h30 le 14 mai 2019

JOUR 1 – 21 mars 2019	
Matin	<p>Introduction</p> <ul style="list-style-type: none"> • Présentation de la consultante, de chaque participant·e et de leurs attentes vis à vis des 2 jours en intégrant certains principes de sociocratie • Relaxation guidée <p>Théorie générale de la prise de parole en public Rappel du contexte et des enjeux de la prise de parole des responsables associatifs dans le domaine de la solidarité internationale</p> <p>Exemples de vidéos de prises de parole en public réussies Débats - Question – Réponses > Qu'est ce qui fait la différence ?</p> <p>Exercice pratique Chaque participant·e sera amené·e à inventer une introduction de réunion percutante</p> <p>Apprentissage des techniques factuelles pour apaiser les appréhensions en amont d'une présentation</p>
Après-midi	<p>Travail sur son support de présentation et son message pour une présentation de 5 min selon le cadre décidé par chaque participant·e.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Réunion interne, réunion publique ou conférence de Presse • Travail collectif sur les techniques d'amélioration d'une présentation visuelle • Elaboration et structure d'un message pertinent et séduisant • Apprendre à gérer son temps • Anticiper les questions du public. Ne pas se décontenancer <p>Mise en pratique des exercices précédents selon une adaptation de la technique des chapeaux de Edouard de Bono</p> <ul style="list-style-type: none"> • Chaque intervenant·e réalise sa présentation dans la situation qu'il a choisie. Les autres participant·es deviennent public ou journalistes et posent des questions plus ou moins subtiles et gênantes. 1 question sera posée en anglais pour ceux qui le souhaite. • Après chaque passage, le/la participant·e évoque son ressenti, puis les participant·es l'aident à s'améliorer <p>Mind mapping individuel par la consultante pour chaque participant·e</p> <p>10 minutes de relaxation en pleine conscience des émotions puis tour de parole concernant l'exercice de la réunion ou conférence puis relaxation Le partage d'expérience permet d'apaiser émotionnellement le groupe et d'enrichir la transmission de savoir.</p>

JOUR 2 – 22 mars 2019

Matin

Atelier vidéo

- Technique d'art oratoire > Prendre conscience du corps, du cœur, de la voix, du regard
- Exercice du Pitch en 45s

10 minutes de relaxation guidée

Décrypter le langage du corps pour créer son personnage

Apprentissage des codes de posture corporelle, de langage, de communication non verbale

Travail sur la mise en scène aux travers d'exercices pour :

- Trouver sa voix
- Travailler l'intention du regard et capter l'auditoire
- Etre à l'écoute de ses émotions et laisser libre court à sa créativité

Apprentissage de techniques de relaxation pour désamorcer le stress avant la prise de parole

Comment pitcher en 45s

Les participant·es apprennent à présenter leur organisation, leurs projets et leurs positions en un speech pertinent de 45s sans l'appui d'un support visuel.

Exercice du pitch devant caméra professionnelle face à un journaliste qui pose une question

Après-midi

Débriefing sur vidéo projecteur de chaque pitch filmé

Division du groupe en 2 avec possibilité de filmer chaque personne avec son Smartphone

Réalisation d'une présentation en 5 min max selon le cadre choisi

Tour de parole pour clôturer la formation

JOUR 3 – 14 mai 2019 après-midi

Après-midi

Mise en situation dans un auditorium

Chaque participant·e présente sa nouvelle conférence dans un lieu intimidant, sur scène. Il peut utiliser le vidéoprojecteur pour projeter des slides selon les conseils donnés lors des deux premiers jours.

Débriefing collectif de chaque présentation

Les participants et la consultante mettent en avant les avancées significatives de chaque participant·e par rapport aux 2 premiers jours de formation. La consultante propose à chaque personne un axe de travail pertinent pour continuer son cheminement.

Tour de parole pour clôturer la formation

Retour des participants sur ce qu'ils ont appris de cette formation

Fin de la formation

Les plus de la formation !

En aval des 2 jours de formation :

Elaboration d'un retour personnalisé pour chaque participant·e avec les points abordés pendant la formation ainsi que l'évaluation et les recommandations de la consultante.

La vidéo du pitch sera transférée à chaque participant·e.

Débriefing individuelle - moment à définir entre le/la participant.e et la consultante :

Débriefing individuel téléphonique de 30 min par participant·e et mise en place d'exercices spécifiques.

Suite à la réception de leur retour personnalisé, chaque participant·e suivra un entretien individuel avec la consultante afin de définir et mettre en place des outils spécifiques à chacun pour les aider à progresser dans le temps.

Préparation d'un speech de 15 min en vue de l'exercice de présentation final le 14 mai.

Chaque participant·e est amené·e à préparer une prise de parole professionnelle pertinente à destination d'un auditoire choisi.

Il/Elle devra prendre en compte tous les conseils et outils vus pendant les 2 jours de formation précédents, se filmer avec son téléphone et s'auto-corriger et demander conseils aux personnes qui l'entourent.