

COACHING INDIVIDUEL

- Prise de Parole en Public
- Discours et Pitch
- Média Training
- Communication Non Violente
- Communication RH
- Recherche d'emploi
- Reconversion professionnelle

Qualiopi 
processus certifié

 **RÉPUBLIQUE FRANÇAISE**

La certification qualité a été délivrée au titre de la catégorie
d'actions suivantes : **ACTIONS DE FORMATION**

SPIN – Conseil et Formation

Tel : 06 20 36 14 90

Emanil : contact@spin-compagnie.fr



COACHING INDIVIDUEL DE PRISE DE PAROLE EN PUBLIC

L'accompagnement individuel vous permet d'améliorer votre posture d'orateur, quel que soit votre niveau et vos objectifs, c'est un travail sur-mesure qui comprendra en fonction de vos besoins :

- Un bilan individuel et la fixation des objectifs à atteindre
- Un travail sur les éléments techniques de prise de parole en public : la voix, la posture, le regard, la gestuelle et les déplacements
- La posture de Manager
- L'Entraînement au pitch
- La Construction de discours
- Le Média Training

Les objectifs :

- Préparer vos échéances professionnelles
- Dynamiser vos présentations
- Comprendre les principes d'une prise de parole réussie
- Travailler sa posture, sa gestuelle, son regard, sa gestion de l'espace
- Travailler sa voix : débit, intonation, rythme, diction, souffle
- Développer une gestuelle orientée vers le public
- Apporter de la couleur à une présentation et varier le ton
- Maitriser les silences et gommer les tics de langage
- Se servir de la respiration pour aérer le discours
- Construire une argumentation et exposer ses idées
- Gérer son stress et ses émotions
- S'adapter à l'auditoire et capter son attention
- Développer son charisme pour obtenir de l'engagement
- Optimiser la communication avec ses interlocuteurs
- Dépasser ses croyances limitantes
- S'affirmer dans les échanges

Notre pédagogie :

- Des mises en situation et des exercices pratiques
- Des échanges personnalisés avec le coach
- Simulations empruntées au milieu professionnel
- Entraînement sur site pour vos conférences

Notre Equipe : Des Coachs et des Experts certifiés ayant un ADN théâtral !

- Mr Sébastien LAY : Expert en Prise de Parole en Public – Professeur de théâtre - Comédien
- Mlle Clotilde CAVAROC : Formatrice de Prise de Parole – Expertise RH - Humoriste
- Mlle Anne-Sophie PONS : Executive Coach HEC – Formatrice CNV et Prise de Parole - Expertise RH
- Mr Frédéric BROUQUERE : Consultant – Rédacteur
- Mr Alexandre TESSIER : Formateur de Prise de Parole en Public – Basé à Nantes

Tarifs :

Financement personnel :

- 1 séance 1h30 : 190€
- Forfait 3 séances (4,5h) : 550€
- Forfait 5 séances (9h) : 850€
- Forfait 8 séances (12h) : 1300€

Financement entreprise ou OPCA : Séance d'1H30 : 220€

Nous consulter pour établir un devis après étude de vos besoins.

Les tarifs s'entendent HT et ne sont pas soumis à la TVA.

Modalités pédagogiques :

Nous vous proposons un entretien de 30min pour faire un premier diagnostic de vos objectifs et des thématiques à aborder pendant les séances.

Séances individuelles d'1h30 - Rendez-vous fixés en fonction de vos disponibilités.

Séances en présentiel ou à distance

Moyens pédagogiques et techniques

- Entretien individuel pour fixer les objectifs et faire le point sur les axes d'amélioration
- Mises en situation et jeux de rôles empruntés au milieu professionnel
- Supports et livrets théoriques pour ancrer les points abordés en séance
- Salle de formation équipée d'une TV, d'un tableau, d'un pupitre
- Prise de parole filmée avec analyse du formateur
- Des échanges personnalisés avec le coach

Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation

- Questionnaire de Pré-formation à remplir pour identifier vos besoins
- Jeux de rôles et Mises en situation.
- Feuilles d'émargement
- Questionnaire à chaud en fin de parcours

Au fil des séances, vous serez évalué par votre coach et un professionnel sur les différents points suivants :

- Votre capacité à mettre en application les techniques abordées dans les exercices et mises en situation proposées
- Une présentation individuelle
- Une prise de parole filmée sur un sujet de votre choix

Documents remis à l'issue de la formation :

- Attestation d'assiduité
- Attestation de formation
- Livret de formation

Pré-requis : Aucun – cette formation est accessible à tous.

Notre adresse :

Les séances ont lieu au 174 rue du Faubourg Saint Honoré 75008 Paris

Nous nous déplaçons également en entreprise.

Accessibilité :

Afin de faciliter l'accès à l'emploi et la formation des personnes en situation de handicap, notre organisme souhaite donner à tous les mêmes chances de se former. Nous adaptons certaines de nos modalités en fonction du contexte. Nous vous invitons à nous contacter au préalable pour étudier vos besoins et vous garantir le meilleur accueil possible.

Programme édité le 1 mars 2023