

PRISE DE PAROLE EN PUBLIC

AVOIR UNE POSTURE ET UN DISCOURS CONVAINCANTS

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES :

A l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de :

- Trouver le style correspondant à sa personnalité
- Contrôler son trac et les techniques de sa voix
- Maîtriser les techniques d'expression orale pour être écouté et compris
- Adopter les postures comportementales utiles aux messages
- Construire son discours et trouver le rythme pour garder l'attention

REFERENCE // n°= A020



DUREE : 2 jours (14 heures)



INFO ET TARIF : Nous consulter

> CONTENU

- Se découvrir en tant qu'orateur :
 - Analyser sa capacité à s'exprimer à l'oral
 - Déterminer ses points forts et apprendre à s'en servir
- Les enjeux de la prise de parole :
 - Les différentes dimensions de la communication
 - Le pouvoir de la parole
 - La force de l'introduction et de la conclusion
- Les clés de la réussite à l'oral (la respiration, la voix, l'articulation, le regard, etc.)
- La communication non verbale et son impact :
 - la gestion de l'espace
 - La posture, la gestuelle, les expressions
- Capter et maintenir l'attention :
 - Maîtrise du stress et confiance en soi
 - Les modalités de la voix et la mobilisation du corps pour soutenir ses idées
- Structurer un discours qui marque et qui reste : savoir éveiller l'intérêt
- Les moyens de la réussite :
 - La répétition
 - Les images mentales, plan, Power Point, supports visuels, etc.
 - La gestion des situations déstabilisantes

> PUBLIC CIBLE*

Dirigeants - Cadres qui doivent développer leur impact dans leurs discours, ou toute personne devant communiquer régulièrement ou occasionnellement à l'oral

*** La situation d'un stagiaire nécessite un aménagement des conditions d'accueil ou modalités pédagogiques ?
Merci de nous en faire part.**

> PRÉ-REQUIS

Aucun prérequis

> ANIMATION

Délégué Régional du CERIB, certifié en Programmation Neurolinguistique (institut PNL REPERE)

> MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

Formation axée sur la mise en pratique

Exercices de mise en pratique

80%

Apports théoriques

20%

> MODALITÉS DE VALIDATION DES ACQUIS

Création d'un projet de prise de parole – Certificat de réalisation

Mise à jour 14/06/2023