

PRENDRE LA PAROLE EN PUBLIC

Développement Personnel

Réf: DDP02



OBJECTIFS

- Faire une présentation, conduire une réunion, annoncer une décision importante, etc. Autant de situations qui font de la prise de parole en public un enjeu
- Parler pour convaincre, utiliser les techniques d'expression orale pour être écouté et compris, maîtriser son trac



PROGRAMME

Les éléments clés d'une communication verbale réussie

- Travailler son intonation
- Maîtriser et moduler sa voix et sa respiration
- Savoir respecter les silences quand ils sont nécessaires

Utiliser efficacement la communication verbale et non-verbale

- Prendre ses marques
- Le rapport à l'image, la maîtrise du regard de l'autre
- Travailler sa gestuelle et son regard
- Développer sa prestance
- Apprendre à occuper l'espace : savoir se mettre en scène
- Les postures à adopter, et à l'inverse à éviter

Se préparer physiquement à la prise de parole

- S'entraîner à la prise de parole
- Analyser ses difficultés d'expression

Comment préparer le contenu de son intervention

- Préparer ses notes, préparer ses supports, organiser ses idées

Faire face à son auditoire

- Vaincre ses appréhensions et ne pas se laisser envahir par le trac
- Connaître son auditoire
- Identifier les attentes de son auditoire pour adapter son discours
- Entraîner et faire adhérer
- Comment gérer les problèmes imprévus
- Garder son calme
- Savoir traiter efficacement l'opposition et l'adhésion
- Gérer les éventuels perturbateurs

LE PARCOURS DE FORMATION

Présentiel | Distanciel | Intra-entreprise | Inter-entreprises | One to one | Duo

- > **Modalités pédagogiques :** Mises en situation – atelier de partage de pratiques et d'expérience – appui sur des cas concrets
- > **Modalité d'évaluation :** Quiz de connaissance - La mise à l'épreuve réelle

Attestation de compétence



DURÉE

2 jours



PRÉREQUIS

Aucun



TARIFS

À partir de 700€ HT/stagiaire



INTERVENANT

Formation assurée par un professionnel des soft skills



PUBLICS

Manager, cadre, ingénieur, chef de projet, chargé de mission, animateur...



ACCESSIBILITÉ

Formation accessible aux personnes à mobilité réduite



Les +!

> Cette formation permet une meilleure connaissance de soi, de ses points forts et de ses points à améliorer en situation d'animation, ainsi que la maîtrise d'outils d'animation.