

Maîtriser votre prise de parole en public

Maîtriser la prise de parole en public devient de plus en plus indispensable du fait que les occasions d'expressions professionnelles se multiplient dans les entreprises (conférences, réunions, séminaires, présentations...). Aussi, cette formation a été conçue pour vous permettre de développer vos capacités d'orateur, d'acquérir les techniques d'expression nécessaires pour être à l'aise, convaincant devant un auditoire en toutes circonstances.

2 JOURS Réf :CD09	Eléments de contenu Mieux vous connaître pour communiquer un message qui vous ressemble <ul style="list-style-type: none">✗ Quel style de communicant êtes-vous ? Faites de vos faiblesses des atouts et développez votre style personnel✗ Quelle image de votre personne, votre perception du regard de l'autre ? : développez la confiance en vous, levez les blocages et affirmez votre personnalité✗ Apprivoisez les émotions qui vous traversent : apprendre à les extérioriser pour toucher votre auditoire et humaniser votre discours.
Prix net/stagiaire 580 euros	L'art de prendre la parole : des techniques à maîtriser <ul style="list-style-type: none">✗ Le trac, la maîtrise des émotions : technique de respiration diaphragmatique, exercices de concentration et de relaxation à pratiquer dans différentes situations✗ La maîtrise de la voix: hauteur de la voix, diction, débit, modulation de la parole, changements de ton, utilisation des silences✗ Charisme et image de soi : votre présentation, mise en valeur de vos atouts, faire preuve d'empathie et humaniser son discours✗ L'expression non verbale : l'importance du regard, l'expression gestuelle, l'importance du visage, du sourire✗ Le contenu de l'intervention : se fixer des objectifs précis, structurer son discours et organiser sa pensée, construire une présentation et dégager l'essentiel✗ L'interactivité avec le groupe et la gestion du temps: techniques de dynamique de groupe, méthodes pour capter l'attention du public
Public Tout professionnel amené à prendre la parole devant un auditoire <i>Aucun pré-requis n'est exigé</i>	Prendre la parole dans des situations à risque <ul style="list-style-type: none">✗ Adapter son discours et son attitude aux différentes situations : communication de crise, situations conflictuelles...✗ Maîtriser les réactions de son auditoire pendant l'intervention et pendant les questions/réponses✗ Gérer l'imprévu et faire preuve d'improvisation✗ Méthodes pour répondre à la critique justifiée ou non, ne pas se laisser prendre au dépourvu, sortir des situations de blocage et résister aux manifestations agressives sereinement
Intervenant Consultant en communication et développement personnel	
Calendrier 2019 PARIS, 4 et 5 avril	
Objectifs pédagogiques <ul style="list-style-type: none">✗ Gérer le trac, gagner en confiance et en présence lors de la prise de parole en public✗ Accroître sa force de conviction, obtenir l'attention et l'adhésion de son auditoire✗ Structurer son intervention pour donner de l'énergie à vos idées et faire passer les messages essentiels✗ Savoir communiquer sereinement en public lors de situations	Méthodes et outils pédagogiques Formation en « Training group » s'appuyant sur des techniques de communication et d'expression théâtrales Nombreux entraînements et mise en situations réelles Utilisation du caméscope Livrables Plan de progrès personnel élaboré tout au long de la formation