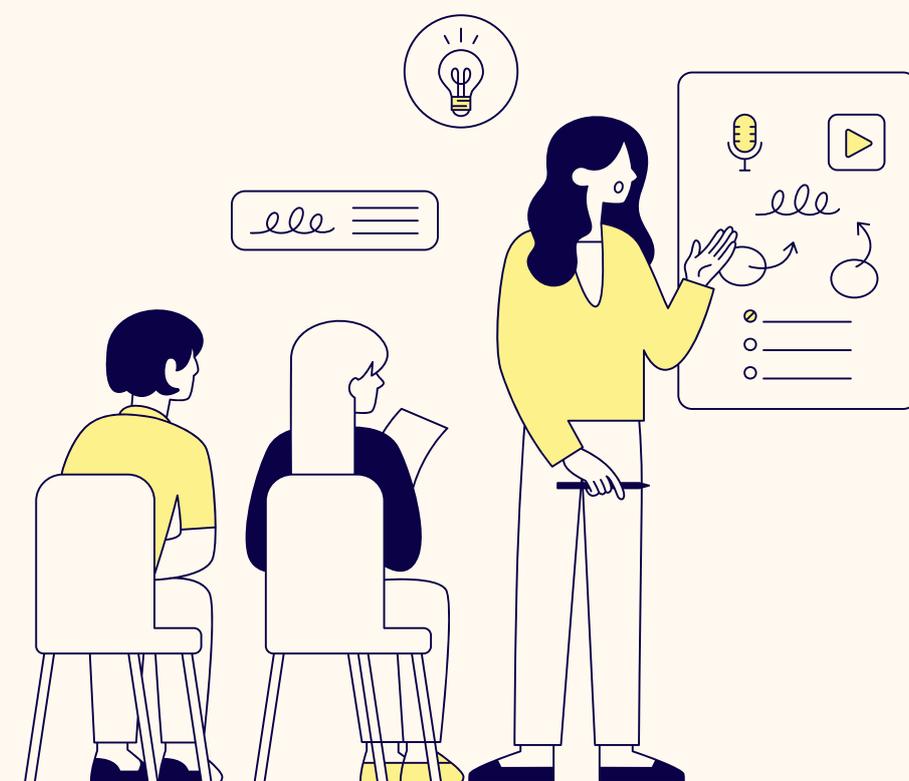


Prendre la parole en public

Niveau 1



Soft skills



Publics :

Toute personne amenée à prendre la parole en public

Prérequis :

Aucun pré-requis n'est exigé pour ce stage

Durée :

2 Jours

Objectifs de formation :

- Apprivoiser son style oratoire et son image pour en faire un atout
- Maîtriser les outils et techniques de prise de parole en public
- Gérer avec aisance la participation de l'auditoire (questions, objections, interruptions)
- Savoir attirer l'attention et remporter l'adhésion

Méthodes pédagogiques

- Méthodes actives et participatives
- Exercices issus des techniques théâtrales
- Apports théoriques et méthodologiques
- Mises en situation

Modalités d'évaluation

- Mises en situation, entraînements ou exercices donnant lieu à un feedback du formateur
- Autoévaluation par le participant

Chaque participant sera amené à réaliser plusieurs interventions, qui seront filmées et analysées. Il pourra ainsi découvrir et s'appuyer sur ses points forts, et travaillera tout au long du stage sur quelques axes de progrès identifiés au démarrage.

Possibilité d'animer ce stage en plusieurs langues.

Participants en situation de handicap

Nous invitons les participants en situation de handicap à contacter notre référent handicap afin que nous envisagions ensemble les meilleures solutions pour adapter notre formation à leurs besoins.

Programme

CONTENU DÉTAILLÉ DU MODULE

Quel communicant êtes-vous ?

- Etablir un bilan individuel de son profil de communicant
- Cerner ses freins et identifier ses ressources

Articuler et mettre en forme son message

- Connaître son public et ses attentes (qui ? pour quoi ? ...)
- Identifier ses messages clés
- Savoir adapter son mode de communication au profil de son auditoire et à l'objectif poursuivi (convaincre, faire agir...)

Se préparer et savoir prendre du recul pour être plus présent

- Préparer son introduction, ses transitions et sa conclusion
- Prévoir notes et fiches
- Trac et trucs, comment gérer votre stress

Cultiver la fluidité et l'impact

- Jouer avec l'intonation pour rendre vivante l'intervention
- Travailler la diction pour développer la clarté et l'intelligibilité
- S'appuyer sur les silences et le débit pour rythmer, ponctuer
- Trouver son style et identifier ses alliés pour développer son charisme

S'approprier et faire vivre la scène

- S'adapter à l'espace dont on dispose
- Prendre conscience des postures, mesurer l'importance et l'impact de la gestuelle
- Travailler la congruence entre le message et la gestuelle
- Utiliser le regard pour créer du lien avec l'auditoire
- Développer sa présence et sa force de conviction

Programme

Prendre la parole et rester en lien avec son auditoire

- Savoir capter et maintenir l'attention
- Choisir son vocabulaire et identifier les mots clés
- Rendre vivante sa communication avec des métaphores et des exemples
- Savoir écouter et comprendre les signes de son auditoire
- Faire face aux questions, savoir recadrer
- Gérer les imprévus