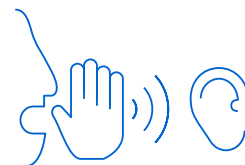


FORMATION PRENDRE LA PAROLE EN PUBLIC

MAÎTRISEZ VOTRE COMMUNICATION ORALE

Etre bon orateur serait une qualité innée, un don plus qu'un talent. C'est faux. Parler en public n'est naturel pour personne, mais peut le devenir pour chacun. Comme disait Paul Valéry, « le naturel, ça se travaille ». Cette formation s'adresse à toutes les personnes désireuses d'améliorer leur efficacité et leur impact lors de prise de parole en public – réunions, soutenances, discours, conférences... Elle leur permet de comprendre les mécanismes à l'oeuvre dans ce type de situations et de mieux les maîtriser.



OBJECTIFS

- ◉ **COMPRENDRE** le fonctionnement du stress et apprendre à le maîtriser
- ◉ **AMÉLIORER** l'impact de son discours pour être écouté, compris, retenu et apprécié !
- ◉ **GÉRER** et adapter son temps de parole
- ◉ **FAIRE** de la prise de parole un moment de plaisir et d'affirmation de soi

PUBLIC : Toute personne amenée à prendre la parole en public

DURÉE : 2 jours (14 heures)

TARIF : 500 € T.T.C. / jour / stagiaire

Minimum 3 stagiaires

LIEUX : Montpellier. Intra-entreprise : France

NOS ATOUTS

- Des exercices filmés permettant aux stagiaires de prendre conscience de leurs potentiels d'amélioration et de les travailler efficacement.
- Une double approche : sur le verbal (le sens des mots, la pertinence du discours) et le non-verbal (la manière de s'exprimer)
- Notre animateur a formé de nombreux communicants et dirigeants à la communication interpersonnelle.
- Il enseigne la communication interpersonnelle au CNAM Languedoc Roussillon et à Sup de Co Montpellier.

PRÉ REQUIS : Aucun.

MOYENS PÉDAGOGIQUES : cours et exercices pratiques

MOYENS TECHNIQUES : Ordinateur, projecteur, paperboard.

MOYENS D'ENCADREMENT : Le formateur assure l'encadrement des stagiaires, notamment l'accueil, la vérification et la récolte des documents administratifs.

SUIVI D'EXÉCUTION DE LA FORMATION : Une feuille d'emargement datée sera signée par chaque stagiaire

APPRÉCIATION DES RÉSULTATS : Questions / réponses + QCM en fin de formation

PROGRAMME PÉDAGOGIQUE

DÉFINIR L'OBJECTIF DE SA PRISE DE PAROLE

- Je communique... dans quel but ?
- De l'objectif découle la structure de mon discours
- Bâtir une argumentation percutante
- Maîtriser son contenu pour se concentrer sur l'auditoire
- Gérer et adapter son temps de parole

TECHNIQUES DE GESTION DE STRESS

- La préparation
- La respiration
- La relaxation
- Techniques de prises de note et de rédaction de fiches
- Autres trucs et astuces

AMÉLIORER L'IMPACT DE SON DISCOURS ET DÉVELOPPER SON NON-VERBAL

- Prendre conscience de son regard, sa gestuelle, sa voix, ses postures, ses gestes
- Accorder son verbal et son non-verbal
- Profiter de l'imprévu pour mieux rebondir : techniques d'improvisation
- Développer son écoute active
- Techniques de reformulation

BÂTIR ET ANIMER UNE PRÉSENTATION EFFICACE

- Bâtir une présentation Powerpoint percutante
- Maîtriser les interactions avec sa présentation et avec l'auditoire

MISES EN SITUATION FILMÉES ET COMMENTÉES

**com
on
light**

Renseignements
et inscription

+33 (0)4 11 93 21 12
info@comonlight.com

51 cour Watt
34000 Montpellier



www.comonlight.com
www.infospresse.eu