



PROGRAMME DE FORMATION

(Mise à jour le 01/03/2023)

Prise de parole en public

REFERENCE :
PRIPAR1

DUREE:
A déterminer

PUBLIC VISE:
Tout public

Tarif :
Sur mesure ou
nous contacter

Se préparer efficacement pour maîtriser son trac en public

Déterminer son objectif principal et identifier les messages essentiels.

Hiérarchiser l'argumentation de son intervention.

Appliquer en toutes situations la technique de la respiration diaphragmatique.

Travailler sa voix et son image

Trouver son style et gagner en naturel.

Identifier les points forts de son image et ceux à améliorer.

Créer sa boîte à outils du non-verbal : les mains, le regard, le visage, le sourire, l'attitude.

Jouer de sa voix : intonation, modulation, articulation.
Jouer avec les silences.

Gagner en assurance devant son auditoire

S'informer sur son public pour mieux l'aborder.

Adapter son vocabulaire au public.

Affirmer sa posture de communicant : maîtriser ses réactions instinctives.

Rempporter l'adhésion de son auditoire.

Préparer une intervention en improvisation structurée

Maîtriser la durée de son intervention.

Augmenter son sens de la répartie.

Se reposer sur du concret : exemples, comparaisons, références.

Maintenir son intervention captivante.

S'adapter aux différents contextes de prise de parole : séminaires, colloques, débats

Créer un climat de confiance.

Savoir s'adapter en souplesse au contexte et à l'environnement.

Susciter la participation de l'auditoire.

Interrompre sans blesser et garder la main : reformuler en termes simples.

PRE REQUIS:

Être amené à prendre la parole devant un auditoire.

MOYENS PEDAGOGIQUES:

Support de cours
Mise en situation

Modalités d'évaluation :

QCM

Mise en pratique

Délai accès formation :

Dates et horaires à planifier avec le client en fonction de ses disponibilités

Objectifs:

- Maîtriser les techniques d'expression orale pour s'exprimer clairement et avec aisance.
- Préparer une intervention orale.
- Maîtriser son trac, les techniques de la voix et de la posture.

PAGE:

1/1