

PRISE DE PAROLE EN PUBLIC

Captivez vos interlocuteurs

Cette formation se veut très ludique et interactive alliant une pédagogie originale et inattendue par l'utilisation du média radiophonique et du théâtre.

Cette approche, permet d'apprendre à construire un message valorisant, de maîtriser et d'apprécier sa voix, de gérer sa communication non verbale, d'appivoiser son trac...

Ce travail se fait dans un ensemble cohérent qui produit une expérience mémorable sur le long terme.

Durée : 14 heures

Profils des stagiaires : Cette formation est destinée à toute personne souhaitant améliorer ses prestations face à un auditoire : réunion, conférence, salon, séminaires, présentation, face caméra.

Prérequis : Aucun

Objectifs pédagogiques

- Identifier les freins à la prise de parole, les lever et y apporter des solutions.
- Développer ses capacités d'expression pour développer sa prise de parole en public.
- Structurer efficacement ses exposés pour assurer une présentation professionnelle.
- Conduire une prestation orale de qualité en s'adaptant à son public, anticiper, appréhender, gérer les réactions de son public.
- Gérer son stress et son trac en toutes circonstances.

Contenu de la formation

Définir le cadre de son intervention

- Identifier les différentes situations de prise de parole
- Savoir identifier son public
- Intégrer le contexte dans lequel on intervient

Maîtriser la structure de son intervention lors de la prise de parole en public

- Concevoir son intervention du début à la fin
- Préparer son discours pas à pas, structurer les temps forts
- Gérer son timing en fonction du temps imparti
- Gérer l'organisation matérielle

Optimiser la communication non verbale et para verbale dans la prise de parole

- Retour sur la communication non verbale
- Appréhender la gestion du regard, des sourires, des mimiques et les silences
- Savoir maîtriser l'espace : la proxémie
- Maîtriser la congruence verbale et non verbale
- Appréhender la gestuelle et son décodage : orateur et participants
- Connaître les postures à adopter, les attitudes à éviter
- Se préparer mentalement
- Se présenter devant son auditoire avec une image positive et constructive

Maîtriser les techniques d'expression orale pour prendre la parole efficacement

- Etudier les données physiologiques de la voix : débit, rythme, intonation, respiration
- Mettre en relief ses idées en utilisant les images, les anecdotes, l'humour
- Choisir son vocabulaire et l'adapter à son public : la notion de synchronisation
- Maîtriser l'introduction et la conclusion, savoir utiliser l'accroche
- Savoir choisir et adapter ses arguments
- Anticiper les questions de l'auditoire
- Savoir répondre aux questions et aux objections

S'entraîner aux situations de communication orale : maintenir l'attention et faire vivre son intervention

- Identifier le public pour adapter son discours
- Accueillir, écouter et regarder son public, comprendre ses motivations
- Reformuler et poser des questions, faire vivre son discours
- Transmettre un message de qualité en proposant des idées claires
- Identifier les jeux de pouvoir et de manipulation
- Gérer les situations émotionnellement difficiles : pour soi et pour les autres
- Apprendre à chasser le stress

A l'issue de cette formation, les participants seront en mesure de :

- *Structurer leur discours*
- *Prendre la parole de manière pertinente et convaincante*
- *Maîtriser leur prise de parole du début à la fin*
- *Générer une large adhésion de leurs différents auditoires au message transmis*
- *Gérer les situations stressantes*