

S'entraîner à la prise de parole en public

Durée :

2 jours soit 14 heures

Horaires :

9h00-12h30 / 13h30-17h00

Public :

Toute personne souhaitant développer son impact à l'oral et devant un groupe.

Accessibilité handicapés :

Pour les publics en situation de handicap, merci de nous contacter pour adapter les conditions d'accueil et d'accès.

Pré requis :

Aucun.

Moyens pédagogiques :

- Alternance d'apports théoriques, d'exercices pratiques et d'entraînements à la pratique du discours devant un public.
- Remise du support en version électronique.

Evaluation :

Quiz en fin de stage

Formatrice :

Marie-Françoise CELHAY
Formatrice professionnelle certifiée en efficacité professionnelle et DISC Ensize
25 ans d'expérience professionnelle

contact@resonances-conseil.com

06 14 45 18 73

OBJECTIFS

- Identifier les principes de base de la communication
- S'appropriier les clés pour préparer et tenir un discours convaincant
- Susciter et maîtriser la participation de l'auditoire

PROGRAMME

JOUR 1

➤ Comprendre les clés de la communication

- Découvrir le schéma et les principes-clés de la communication
- Mesurer le poids de la communication verbale / para-verbale / non-verbale
- Reconnaître les peurs et défis courants en matière de prise de parole
- Réaliser son check-up de style de communicant

➤ Se préparer et structurer son discours

- Comprendre et s'adapter à son public
- Structurer son discours pour créer un message clair et concis
- S'approprier les trucs et astuces pour mieux gérer son trac
- Se préparer physiquement et mentalement

JOUR 2

➤ Parler pour convaincre

- Capter l'attention de son auditoire avec une accroche pertinente
- Utiliser les leviers de l'assertivité pour s'affirmer avec confiance
- Utiliser les techniques de communication pour interagir efficacement
- Savoir conclure

➤ Gérer l'auditoire

- S'approprier les 4 rôles de l'animateur.trice
- Respecter la chronobiologie pour focaliser l'énergie du groupe
- Traiter efficacement les objections
- Gérer les phénomènes de groupe

Entraînements à la pratique du discours avec debrief