

# FORMATION

## PRISE DE PAROLE EN PUBLIC

Stage - Présentiel | Gagner en efficacité | Formation individuelle ou en groupe

La formation « Prise de parole en public » vous donne tous les outils et méthodes pour préparer vos prestations orales, vous apprendre à vous exprimer de façon claire et vous donner de l'assurance pour vos interventions.

### PROGRAMME DE LA FORMATION

#### 1. Apprendre à se connaître

- ↳ Apprendre à se présenter : pitch
- ↳ Valoriser sa personnalité en trouvant son style
- ↳ Affiner l'objectif
- ↳ Ecouter le feedback et savoir l'utiliser

#### 2. Gérer ses émotions

- ↳ Apprivoiser le stress
- ↳ Travailler sa respiration
- ↳ Laisser parler ses émotions

#### 4. Préparer son intervention

- ↳ Analyser l'environnement, le public, ses attentes
- ↳ Structurer son intervention
- ↳ Maîtriser les supports visuels
- ↳ Gérer son temps de parole
- ↳ Travailler son image, sa gestuelle

#### 4. Établir la communication

- ↳ Apprendre à improviser
- ↳ Pratiquer l'art du questionnement
- ↳ Apprendre à reformuler

#### 3. S'affirmer dans ses interventions

- ↳ Développer sa confiance
- ↳ Développer l'estime de soi
- ↳ Développer son charisme

#### 5. S'entraîner à l'oral

- ↳ S'exercer
- ↳ Analyser sa présentation
- ↳ S'améliorer encore

### INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES

<b>PUBLIC</b>	Toute personne qui souhaite améliorer son aisance à l'oral
<b>PRÉREQUIS</b>	Cette formation ne nécessite pas de prérequis. Toutefois, les résultats sont d'autant plus probants que les personnes choisissent ou acceptent elles-mêmes de participer à cette formation dans laquelle l'implication personnelle est un élément fort de la réussite.
<b>OBJECTIFS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>↳ Comprendre les enjeux</li> <li>↳ Adapter le discours au public</li> <li>↳ Interagir avec le public</li> <li>↳ Optimiser la communication avec vos interlocuteurs</li> <li>↳ Elaborer votre plan d'action</li> </ul>
<b>POINTS FORTS</b>	La méthode comprend 2 étapes : le travail sur recueil de l'information à partir de documents écrits ou situations orales et la retransmission par oral ou par écrit des informations clés recueillies. Application pratique, nombreux exercices de synthèse pour distinguer l'essentiel de l'accessoire aussi bien à l'écrit qu'à l'oral. Exercices pratiques, d'entraînement.
<b>DUREE</b>	2 jours
<b>PRIX</b>	Sur devis
<b>DATE</b>	Entrée et sortie permanente