
Programme de Formation

Prendre la parole en public

Organisation

Durée : 14 heures

Mode d'organisation : Présentiel

Contenu pédagogique



Public visé

Tout public.



Objectifs pédagogiques

- Savoir construire son discours
- Connaître les règles de communication permettant de capter l'attention de son auditoire
- Être capable de gérer son trac



Description

- Acquérir des outils pour améliorer son image (posture, présentation, occupation de l'espace)
- Développer ses capacités d'expression (voix, rythme, articulation, intonation)
- Maîtriser ses émotions (conscience de soi, respiration, ancrage)
- Se rendre disponible (attitude ouverte, silences, réactivité, sourire, écoute)
- Créer un lien avec son auditoire (capter l'attention, regard, phrases d'accroche)
- S'adapter à son public (à qui on s'adresse, dans quel contexte)
- Structurer sa prise de parole, qu'elle soit préparée ou improvisée (organisation, plan, gestion du temps)
- Faire passer efficacement un message (sélectionner les idées, aller à l'essentiel, s'impliquer dans le regard et les intentions)



Prérequis

Aucun.



Modalités pédagogiques

Apports théoriques, exercices et mises en situation.



Moyens et supports pédagogiques

Support de cours remis aux participants.



Modalités d'évaluation et de suivi

Quiz et exercices réalisés durant la formation.

