

# Prendre la parole en public



## Objectifs

Maîtriser la parole en public ou dans toute situation de communication orale avec un enjeu important.

Exposer efficacement un sujet en temps limité.

## Public

Toute personne qui souhaite prendre la parole en public

## Prérequis

Maîtriser les bases de la communication interpersonnel

## Durée

2 jour(s) soit 14 heures

### Apprendre à communiquer en public

- Maîtriser ses émotions
- Maîtriser son souffle
- Maîtriser sa voix
- Maîtriser son regard
- Développer une aisance gestuelle
- Se déplacer dans l'espace
- Acquérir de la fluidité verbale

### Acquérir les techniques d'une communication orale efficace

- Identifier les différents canaux de communication
- Savoir synchroniser son verbal et son non verbal
- Appliquer des techniques pour :
  - Intéresser
  - Informer
  - Convaincre
- S'entraîner à maîtriser sa mémoire et s'approprier les outils dédiés

### Se synchroniser avec son auditoire

- Identifier les types de public
- Faire la distinction entre :
  - Prise de la parole préparée en public
  - Prise de la parole improvisée en public
- Comprendre les attentes de son auditoire
- Se synchroniser avec un groupe

### Structurer sa pensée

- Définir les objectifs de l'exposé
- Faire le choix du plan de l'exposé
- Faire un recadrage au cours de l'exposé
- Définir le contenu de l'introduction
- Définir le contenu de la conclusion

### Maîtrise des situations délicates

- Développer sa capacité à Improviser
- Gérer le trac avant et au cours de la prise de la parole
- Faire face à l'attention relâchée du public
- Gérer l'agressivité du public

### S'entraîner à la prise de parole

- Réaliser un exposé technique préparé
- Réaliser un exposé technique improvisé
- Assurer une allocution de circonstance
- Intervenir dans un débat
- Animer une réunion

### Modalités pédagogiques

- Apports théoriques et Conseils pratiques
- 80 % de pratique, 20% de théorie
- Exercices d'application
- Un mémento de stage par participant
- Formation modulable en fonction des besoins des stagiaires

### Moyens matériels

- Animation à l'aide d'un vidéo projecteur
- Ordinateur pour chaque participant

### Evaluation d'atteinte des objectifs

- Evaluation en début de formation à partir d'un cas pratique
- Evaluation en fin de formation sous forme de QCM

### Validation

- Attestation de stage

### Nombre de stagiaires

- 3 à 8 stagiaires maximum

### Calendrier

- Consultez notre calendrier en interentreprises où contactez-nous

Révélez vos talents

