

Prise de Parole en Public

Objectifs - Conditions

Durée	2 jours
Public	8 personnes (maximum)
Objectif	Savoir préparer une intervention Développer la confiance en soi pour mieux apprécier son public

Programme

Avant

☞ Définir l'objectif de son intervention : Pourquoi ?

Les bases d'une communication efficace : **à Qui et Comment ?**
Les canaux et les modes de com. L'écoute, utiliser un message clair

Préparer son intervention : **Quoi ?**

Définir son intention. Structurer son message, fixer ses objectifs...

Quand : poser son temps

Avec quoi : Préparer ses supports

Où : utiliser la salle et son espace

Anticiper : se préparer, réviser le contenu

☞ Gérer son stress

Savoir respirer pour se lancer (techniques de gestion des émotions)

Acquérir les astuces pour amoindrir le facteur stress

Se préparer mentalement

Pendant

☞ Entrer en scène et se positionner dans son discours

Se présenter et présenter le plan

Utiliser sa voix et se faire entendre

☞ Être à l'aise

Utiliser le langage du corps pour parfaire son discours

Être réactif et savoir improviser

☞ Être ouvert au public et savoir recadrer

Utiliser les questions pour argumenter

Maîtriser le temps de parole

☞ Séduire son public et animer son discours

Faire réagir le public

Utiliser l'humour et la fluidité de son langage

☞ Clôturer son intervention

Savoir conclure et réussir sa sortie

Après

☞ S'évaluer et définir des axes d'améliorations

Pédagogie

Méthode pédagogique active et apports théoriques,
Mise en situation filmée, exercices réels, jeux de
communication et de mise en scène, ...