

PRISE DE PAROLE EN PUBLIC

Réussir ses interventions à l'oral en utilisant une communication fluide

COMPETENCES VISEES

- Préparer efficacement une prise de parole en public
- Etre à l'aise et gérer les imprévus
- Etre pertinent à l'oral

La découverte de soi

- Gérer le stress et les émotions
- Définir ses points forts et points à améliorer
- Identifier les axes de progressions
- Définir la confiance en soi et l'image de soi
- Appliquer le style personnel

La préparation de la prise de parole

- Identifier les tensions psychologiques et physiques
- Perfectionner la communication non verbale
- Appliquer la communication verbale : la voix, le vocabulaire, les rythmes
- Développer son charisme

Les messages à transmettre

- Définir les objectifs de l'intervention
- Organiser des idées
- Construire des messages
- Préparer les supports à l'intervention



Public

Tout public

Pré requis

Etre en mesure de tenir une conversation en langue française et rédiger un document simple (type lettre)

Durée

2 jours

Suggestion de compléments

La communication professionnelle

Gestion du stress et des conflits

Confiance en soi : la clé de la réussite

Accueil physique et téléphonique

Powerpoint : clé d'une présentation réussie

Les + pédagogiques

Mode d'apprentissage varié

Mise en situation contextualisée Moyens matériels et humains

Outils pédagogiques audio, vidéo

Plateforme pédagogique

Jeux de rôle

Mise en situation spécifique

Formateur/trice de langue française maternelle, spécialisée en communication

Apport de sophrologie

Jeux de rôle