

Réf ParlerPublic	2 jours
<p><u>Objectifs de la formation :</u></p> <p>Être capable de :</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Développer son aisance d'expression devant un groupe ➤ Préparer une argumentation et structurer un exposé ➤ Réduire son émotivité et gérer le trac ➤ Développer sa présence face à un auditoire. 	
<p><u>Public concerné :</u></p> <p>Toute personne :</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Ayant à s'exprimer en public ➤ Souhaitant développer ses capacités de communication et d'expression orale 	<p><u>Méthode et moyens :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Exercices pratiques de mise en situation alternés avec des apports théoriques ➤ Entraînement évolutif et adapté à l'attente des stagiaires ➤ Formation pratique et interactive.

Comment bien se préparer à une intervention orale ? Comment éviter les pièges ? Comment acquérir et utiliser les qualités du bon orateur ? Comment motiver son auditoire ? Face à un public, ce sont les qualités personnelles de l'intervenant qui comptent plus que l'intérêt véritable du sujet. Définissez votre objectif d'amélioration et soyez acteur de votre progression grâce à des techniques concrètes.

Programme :

1) Qu'est-ce qu'une bonne intervention

- Les mécanismes de la communication
- Les obstacles à une prise de parole claire et attrayante

2) Préparation physique

- La voix : le volume, le débit, la diction, le rythme, la respiration
- Communiquer avec son corps pour avoir plus de présence : le regard, les gestes, la posture et le sourire

3) Préparation mentale : le trac

- La gestion du stress et le trac utile
- Mettre en application les moyens de relaxation qui vous correspondent
- Prendre conscience de ses points forts et mettre en avant ses différences

4) Préparation de l'intervention : organisation et structure

- Préciser le contexte et déterminer l'objectif de la présentation
- Recherche d'idées et hiérarchisation de l'information
- Préparation du déroulement et gestion du temps
- Les supports écrits et visuels

5) Face à l'auditoire

- La présence et la relation au groupe
- Maintenir l'éveil : s'affirmer, intéresser, convaincre
- Répondre aux questions et aux objections
- Utilisation de supports de présentation

6) Méthode pour progresser

- Auto évaluation
- Identifier ses points forts et se fixer des objectifs d'amélioration