

Formation

Réussir sa prise de parole en public

Objectifs

Découvrir et acquérir les fondamentaux de la communication orale pour communiquer avec confiance face à un public.

Public concerné

Toute personne amenée à prendre la parole en public.

Nombre de participants

Dix participants au maximum.

Méthode pédagogique

Alternance entre apports théoriques et exercices pratiques. Interactivité. Echanges.

Les plus : conseil, coaching. Exercices de sophrologie et de comédiens.

Evaluation

Fiche d'évaluation remplie par le participant à la fin de la formation.

Prérequis

Aucun.

Programme		
<ul style="list-style-type: none"> • Préparer son intervention <ul style="list-style-type: none"> - <u>Définir sa stratégie de communication</u> : déterminer son objectif, identifier les besoins et les attentes de son auditoire, adapter son message à son public - <u>Préparer son discours</u> : organiser ses idées, noter les points clés, choisir son support - <u>S'entraîner oralement</u> : répéter, préparer des anecdotes, gérer son temps de parole • Apprivoiser son trac <ul style="list-style-type: none"> - Travailler sa respiration - Détendre ses muscles - Faire son entrée sur scène 	<ul style="list-style-type: none"> • Travailler son élocution <ul style="list-style-type: none"> - Jouer avec le volume, l'intonation et le rythme de sa voix - Articuler avec les virelangues - Renforcer son impact avec le silence • Tirer profit de sa communication corporelle <ul style="list-style-type: none"> - Se déplacer, se redresser, sourire - Coordonner la posture, le regard et la gestuelle - Harmoniser verbal et non verbal 	
<p>Durée : 2 jours Dates : à déterminer 8h30-12h00 / 13h30-17h00</p>	<p>COMPETENS 91 bis rue du Général Mangin 38100 Grenoble</p>	<p>Tarif forfaitaire /jour 1 650€ hors taxes</p>

COMPETENS