

Prendre la parole en public



Pour passer du style «présentateur» au style «orateur»

L'orateur est totalement présent sur l'évènement et crée un lien authentique avec son auditoire. Il a une posture physique émotionnelle et mentale qui dépasse la simple technique.

Dans tous les métiers et les secteurs d'activité nous sommes amenés à prendre la parole en public de manière plus ou moins récurrente.

La communication orale reste la **voie royale** pour faire passer un message, une idée, une opinion à un individu ou à un groupe.

Utiliser les **5 sens** augmente de ce fait de manière considérable **l'impact du message** à transmettre

Objectifs

- Etre capable de gérer sa prise de parole dans diverses situations (prévues ou imprévues)
- S'approprier les techniques pour une prise de parole sereine et performante
- Structurer avec méthode sa prise de parole
- Savoir reconnaître les pensées aidantes ou limitantes en situation de communication orale

Informations

- **Durée :** 2 jours - 14 heures
- **Public :** Tout public - 8 à 12 participants
Personnel cadre et non cadre, enseignants et étudiants.
- **Prérequis :** Aucun
- **Méthodologie :**
Les apprentissages se feront avec des études de cas, des exercices pratiques et ludiques, des mises en situations.
A partir d'exercices filmés, décryptage et hypothèses d'amélioration de la prise de parole en public.
- **Support :**
1 livret PDF et imprimé de formation.
- **Tarifs :** nous contacter.
- **Animateur**
Gérard Cervi, consultant et formateur en entreprise en France et à l'international.

Programme de la formation

Jour 1

- Comprendre les règles de la communication interpersonnelle
- L'émetteur et le récepteur de la communication
- Les logiques de groupe.
- Comprendre le verbal, le para verbal et le non verbal
- Connaitre les différents rôles joués dans les groupes et entre individus.
- Savoir positionner son corps et poser sa voix.

Jour 2

- Prendre conscience de ses points forts et des voies de progrès à travailler
- Le contexte de l'intervention cibler l'auditoire
- Comprendre ses modes de fonctionnement interne pour une prise de parole efficace
- Travailler son souffle et sa respiration avec la cohérence cardiaque
- Travailler avec des outils de prise de parole (micro, pupitre, PowerPoint)
- Adapter sa prise de parole en fonction du lieu : amphithéâtre, salle de conférence, salle de réunion...
- Les principes de l'improvisation