

## PRENDRE LA PAROLE EN PUBLIC

### Objectifs pédagogiques :

Permettre aux collaborateurs :

- S'exprimer clairement avec aisance face à un auditoire
- De préparer efficacement une intervention orale
- De gagner en assurance devant un auditoire
- De maîtriser son trac en public
- De travailler voix et langage
- D'exploiter la communication para verbale
- De s'adapter aux différents contextes de prise de parole

### Public et pré requis :

- Groupe max : 6 stagiaires
- Toute personne concernée par la prise de parole en public
- Aisance dans l'utilisation de la langue

### Suivi et évaluation des résultats :

- Attestation de présence
- Attestation de formation individuelle
- Document d'évaluation de satisfaction / QCM d'évaluation des acquis

### Programme :

#### 1. Préparer efficacement son intervention

- Déterminer son objectif principal
- Perfectionner sa communication verbale
- Maîtriser image personnelle et professionnelle
- Se reposer sur du concret : exemples, comparaisons, références
- Quel vocabulaire ?, pour quel public ? : S'adapter
- Augmenter son sens de la répartie

#### 2. Travailler sa voix et son image

- Jouer de sa voix : intonation, débit, articulation
- L'utilisation du micro
- Identifier les points forts de son image
- Améliorer les plus faibles
- Faire de ses expressions un atout
- Appréhender l'impact des silences

#### 3. Maîtriser son trac

- Travailler sa respiration
- Exploiter ses ressources cognitives et mentales
- Maîtriser ses réactions instinctives et corriger ses défauts
- Gagner en assurance : la confiance en soi

#### 4. Les différences interculturelles

- S'adapter à l'auditoire par la connaissance des différences
- Les contresens interculturels
- Règles élémentaires de politesse

### Moyens pédagogiques, techniques et d'encadrement :

- Supports didactiques et audio, échanges /discussions, jeux de rôle, exercices pratiques
- Remise de supports "papier" et "informatisés"
- Intervenants : Ysobel HARDY,

### Date et lieu :

- 14 h de formation
- Dates à définir
- Locaux de votre entreprise ou Accents Langues, Belley