

OPTIMISER LA PRISE DE PAROLE EN PUBLIC



Optimiser la Prise de Parole en Public

1 journée

Objectifs :

- Savoir se préparer avant une présentation en public
- Savoir rendre son discours intéressant
- Être impactant dans son langage non verbal
- Optimiser son langage verbal
- Savoir se mettre en condition avant une prise de parole en public

Contenu Journée 1 :

Avant chaque présentiel , nous réalisons un diagnostic des besoins et des attentes des participants

Prérequis : Aucun

● **Module 1** :-Etre capable de définir l'objectif et le contexte de la présentation

- Apprendre à définir l'objectif et le message fort de la présentation
- Apprendre à définir le contexte de la présentation et repérer les éléments impactants (Why, Who, What ,When, How)

● **Module 2** :Savoir rendre son discours intéressant grâce au storytelling

- Apprendre à mettre en scène la présentation
- Apprendre à organiser sa présentation de manière à maintenir l'attention du public



Optimiser la Prise de Parole en Public

Contenu :

● **Module 3 : Être impactant dans son langage**

1 - Être impactant dans son langage non verbal

- Comprendre la puissance du langage non verbal
- Apprendre à travailler l'ancrage, la gestuelle, le sourire et le regard

2- Optimiser son langage verbal

- Mieux se connaître et optimiser son phrasé
- Apprendre à corriger les tics verbaux, mettre de l'énergie et améliorer sa prononciation

3- Savoir se mettre en conditions avant une prise de parole en public

- Apprendre des techniques de détente avant la prise de parole en public
 - Apprendre à optimiser son état physique avant la prise de parole en public
-
- **MISE EN SITUATION** : Découverte par des exercices ludiques et échanges en sous-groupes, jeux de rôles. Nous travaillons à partir de cas concrets



Optimiser la prise de parole en public

Méthode pédagogique

Dans une alternance de démarche active et d'apports théoriques, chaque participant met en pratique à chaque étape individuellement et collectivement ses problématiques concrètes . De nombreux médias sont proposés (jeux de rôles, mises en situation).

Compétences :

A l'issue de la formation, chaque participant sera en mesure de préparer une présentation impactante, d'envisager tous les éléments du contexte qui pourront jouer un rôle dans le message délivré. Il seront capables de mettre une idée en scène et de la rendre captivante pour l'auditoire. Les participants seront en mesure d'optimiser leur langage corporel et verbal pour être plus impactants . Ils auront également acquis des techniques pour mieux gérer leur stress avant une prise de parole en public

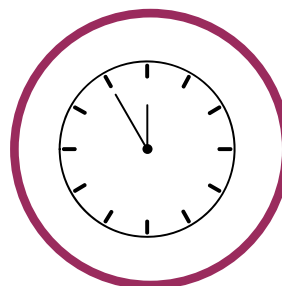
Méthodes d'évaluation :

Un questionnaire d'évaluation des connaissances est proposé à l'issue de la formation . Des jeux de rôles et des partages en petits groupes permettent de valider l'acquisition des compétences tout au long de la formation .



PUBLIC :

Cette formation s'adresse à toute personne désireuse d'améliorer sa prise de parole en public devant un auditoire



MODALITÉS:

La formation se déroule sur une journée

