



Prise de Parole en Public

PRÉREQUIS :

Aucun

DURÉE :

2 jours
+ un entretien de suivi 2h

PUBLIC :

Toute personne susceptible d'animer des réunions, de prendre la parole devant un groupe ou une assemblée.

OBJECTIFS :

Connaître et maîtriser ses états intérieurs : trac, envie de parler...

Améliorer la qualité technique d'une prise de parole : improviser, répondre à une question imprévue ou à une objection, dérouler harmonieusement les idées, parler sans notes

PROGRAMME :

Exercices de prise de parole en public :

- Gestuelle, disponibilité physique
- Voix, rythme, regard
- Attitude intérieure et physique
- Articulation, clarté de l'élocution, maîtrise du souffle

Gestion du trac et des états émotionnels

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES :

Apports didactiques, études de cas et simulations

Définir un style personnel : voix, gestes, présence physique

Augmenter l'impact produit par le discours en se centrant sur l'effet visé et le contexte : créer le contact avec l'auditoire

Les techniques liées au discours :

- Composition et argumentation du discours
- Réponse aux objections
- Comment parler sans notes

Les supports de travail accompagnant le séminaire :

Une grille d'auto évaluation personnelle, une cassette vidéo de l'ensemble des exercices pratiqués au cours du « training », un document « commentaires de synthèse » avec des recommandations.

ÉVALUATION :

Quizz final d'évaluation, tour de table et synthèse
Et entretien avec La Direction des Ressources Humaines

SYSTEMIC
conseil

Thomas TOURBIER
thomastourbier@systemic-conseil.com

24, rue Morère 75014 PARIS France
www.systemic-conseil.com