

→ **Prise de parole en public**

Réf : PPP

Objectif

*Comprendre les enjeux de la prise de parole en public.
 Apprendre à gérer son stress face à un auditoire.
 Savoir organiser et gérer le temps pendant le séminaire.
 Surmonter l'ensemble des blocages psychologiques présents.
 Améliorer son expressivité.
 Apprendre à convaincre et à mobiliser son auditoire.*

Public

Toute personne amenée à prendre la parole en public dans le cadre professionnel et d'animation de meeting.

Pédagogie

Étude de cas, mise en situation

Durée

3 jours (soit 21 heures)

Prix

Inter : 560 € HT/jour (soit 1680 € HT pour 3 jours)

Intra : Nous consulter

Préparer l'intervention et la présenter

- Définir les objectifs de l'intervention
- Construire le ou les messages clés (fil conducteur) de l'intervention
- Construire l'intervention dans un souci d'organisation de l'information et en fonction de la personnalité de l'intervenant
- Organiser les documents pour simplifier l'intervention
- Structurer son plan en fonction de l'intervention
- Soigner les transitions
- S'appuyer sur les aides visuelles

Préparation personnelle

- Adapter son look au public
- Se projeter (visualiser l'intervention)
- S'approprier l'espace

Réussir son intervention

- Réussir son entrée
- Réussir son introduction
- La communication non verbale de l'entrée en matière
- Annonce de l'objectif du séminaire
- Être capable "d'apprivoiser" le public
- Faire face à l'assemblée
- Prendre le temps
- Discours
- Ponctuer le discours d'exemples
- Remplacer les mots parasites
- Manipuler la rupture de monotonie grâce aux 3 registres d'expression
- Gérer l'improvisation et les arguments contradictoires
- Rendre vivant le visuel et créer un contact vivant avec l'auditoire
- Définition du M.O.I. (Message, Objectifs, Intention)
- Communication non verbale et verbale
- Favoriser les gestes ouverts
- Utiliser l'espace disponible
- Soigner sa posture et chercher son ancrage au sol
- Respirer avec le ventre
- Parler de manière audible
- Savoir intégrer les silences dans son discours
- Maîtriser sa voix et son style
- Organiser son débit
- Organiser les répétitions d'informations
- Gestion du stress
- Transformer le stress naturel en une force motrice
- Développer sa décontraction et sa respiration

Développer son charisme

- Reconnaître son charisme
- Savoir communiquer son charisme
- Manifester son implication
- Savoir formaliser ses objectifs
- Savoir maîtriser ses émotions

Gérer la relation avec le public

- Définir les règles
- Savoir gérer et optimiser le temps
- Attendre d'avoir l'attention de l'auditoire pour démarrer
- Communiquer les émotions contrôlées
- Interagir avec le public
- Entrer en contact avec lui tout en respectant la distance nécessaire.
- Comprendre son attitude face à un auditoire (passif, agressif, assertif)

Après l'exposé

- Lancer le débat
- Animer la discussion avec l'auditoire
- Organiser les questions des participants
- Conclure