

Formation Se perfectionner dans la prise de parole en public

Durée	Pré requis	Public
2 jours soit 14 heures	S'être initié à la prise de parole	Toute personne amenée à intervenir face à un groupe dans des situations diverses : conférence, réunion, négociation, présentation de projet, exposé...

Objectifs formation:

Maîtriser les règles de base de la communication orale
 Améliorer sa capacité à formuler un message et à captiver un auditoire
 Savoir être clair et convaincant
 Acquérir une plus grande confiance en soi et savoir exploiter ses ressources personnelles

Contenu :

1. Améliorer ses capacités à la prise de parole en public

Entraînement sur le fond et la forme de la communication orale
 Travail du non verbal : respiration, voix, regard, gestuelle, présence, autorité naturelle
 Améliorer la structure du discours

2. Améliorer l'impact des présentations

Prédominance du corps
 La gestion physique de l'espace
 Éviter les «bruits »
 Des supports *outils* et non *parasites*
 (Re)définir le message

3. Surmonter trac et appréhensions

Se mobiliser physiquement
 Respiration abdominale
 Relaxation

4. L'impact sur l'auditoire

Les règles de rhétorique et communication
 Savoir introduire / Savoir conclure
 Développer l'écoute active
 La place de l'humour
 La reformulation

Méthodes pédagogiques :

Priorité à la pratique. La théorie est abordée pendant l'analyse/debriefing des exercices.
 La formation est orientée sur la dimension corporelle de la communication orale
 Utilisation de la boîte à outils du théâtre : exercices d'improvisations, diction, respiration, placement de la voix, mise en situation, etc...
 Exploitation du schéma de communication de Jakobson et des «fonctions du langage »
 Il est recommandé aux participants d'apporter des supports professionnels liés à des situations passées ou à venir, et/ou avoir à l'esprit des cas vécus pouvant être exploités.
 Remise d'un support de cours/fiches

Animation de la formation :

Formation animée par Gilles LOSSEROY
 Maître de conférences en rhétorique et communication à l'Université de Lorraine
 Directeur de la compagnie La Mazurka du Sang Noir

Evaluation de la formation :

Evaluation tout au long de la formation par exercices/cas concrets/test de connaissances/mises en situation - Remise d'une attestation individuelle de formation