
Prendre la parole en public - PRPA

Code produit : PRPA

Niveau : Initiation

Modalité : Presentiel

Durée (en heure) : 14.0

Tarif : 0

Eligible DDA : non

Public : tous les collaborateurs souhaitant améliorer leurs interventions orales (réunions, assemblées, salons, présentations de projet, de produits...)

Prérequis :

aucun

Objectif

- repérer les éléments qui favorisent la communication et ceux qui lui font obstacle
- mieux gérer son trac lors d'une prise de parole
- développer ses capacités d'expressions physique et vocale
- renforcer l'impact de ses messages

Programme de la formation

1-Fondamentaux de la prise de parole en public

- Objectifs recherchés : professionnels et personnels
- Verbale, non verbale, para verbale
- Filtres, difficultés
- Rôle de l'orateur
- Autodiagnostic

2-Clés d'une prise de parole efficace

- Voix, gestuelle, regard, respiration
- Posture et mise en espace

- Gestion du trac avec la "respiration au carré"
- Leadership personnel

3-Scénariser et préparer son intervention

- Préparation technique, matérielle et mentale

4-Réussir sa prise de parole

- Soigner son introduction
- Capter l'auditoire
- Adapter son vocabulaire au public
- Gérer ses émotions en direct
- Gérer le groupe et les différentes personnalités
- Maîtriser la durée de son intervention

5-S'adapter aux différents contextes de prise de parole

- Présentiel, distanciel
- Créer un climat de confiance
- Susciter la participation de l'auditoire
- Résister à toutes les interférences

6-Prendre la parole en distanciel

- Quid de la gestuelle, du regard, de la voix
- Gérer le nombre de participants
- Gérer l'interactivité
- Gérer les feed backs

Moyens d'évaluation

- Evaluation des acquis de la formation par le biais de QCM et/ou d'exercices pratiques
- Questionnaire de satisfaction à chaud complété par chacun à l'issue du stage
- Questionnaire d'évaluation à froid complété par chacun entre 2 et 3 mois après le stage

Méthodes pédagogiques

- Exposés à partir d'un diaporama
- Jeux de rôles
- Mises en situation
- Échanges d'expériences

AF2A - 64 Rue de Miromesnil, 75008 Paris

Copyright 2024 AF2A. Tous droits réservés.