



PERSPECTIVE

CONSEIL COACHING FORMATION

PROGRAMME DE FORMATION

PRISE DE PAROLE EN PUBLIC

Présentation de la formation

La prise de parole en public est un exercice délicat et redouté par la plupart des personnes qui n'y sont pas habituées... ou bien qui sont amenées à pratiquer mais qui ne s'y habituent simplement pas.

Les craintes sont nombreuses : perdre le fil de son propos, paraître mal à l'aise, ne pas réussir à captiver son auditoire etc, etc ... Ces craintes se manifestent par de nombreux dysfonctionnements qui, malheureusement, n'échapperont pas à l'auditoire. La voix qui tremble, la bouche sèche, le regard dans le vide sont autant de manifestations négatives extraordinairement préjudiciables à l'information que vous émettez.

Objectif de la formation de la formation

L'objectif de cette formation prise de parole en public qui s'appuie sur des techniques de communication efficace reconnues est de vous permettre de maîtriser vos émotions, afin d'assurer une prestation percutante et limpide.

A la suite de cette formation prendre la parole en public ne devra plus être une épreuve, au contraire la prise de parole en public devra être un moment exaltant et valorisant.

Pré-requis

Aucun pré-requis

Public

- cadres
- dirigeants
- animateur de réunion
- responsables politique
- commerciaux
- toute personne souhaitant améliorer sa prise de parole en public ...



Groupe Perspective – Perspective Formation

11 Av. Georges Clémenceau - 06000 NICE
Tel : 09 72 55 35 86 - contact@perspective-formation.fr
www.perspective-formation.fr

SIRET N° 79276787300021 - SARL PCCF au capital de 15.000 euros
Code APE : 8559A - N° 93.06.07160.06

Perspective est certifié ISO 9001 et ISO 29990 pour la Qualité de ses formations et de coachings





PERSPECTIVE

CONSEIL COACHING FORMATION

Moyens pédagogiques et techniques

rétroprojecteur, ordinateur avec connexion internet, manuels, exercices, mises en situation

Modalités d'évaluation

Evaluation finale par mise en situation ou questionnaire

Sanction de la formation

Attestation de fin de stage

Contenu de la formation

I. prise de parole en public: Utiliser son regard

Comment regarder l'auditoire? Comment balayer l'auditoire? Nous aborderons la technique du phare mais pas seulement, maîtriser le langage corporel permettra de repérer ceux qui décrochent et permettra de les réinvestir d'un simple regard.

Nous travaillerons à l'aide de mises en situation.

II. prise de parole en public: utiliser sa voix

Travailler sa voix, son timbre, ses intonations, gérer ses silences, autant de points que nous aborderons à l'aide de mises en situations. La voix est évidemment un des outils les plus importants de la prise de parole en public.

III. prise de parole en public: utiliser son corps

Si le travail autour de la voix est important celui autour du corps l'est tout autant. La communication non verbale est malheureusement prépondérante dès lors, comment doit on se positionner? Où doit on mettre ses mains, ses bras? Doit on parler debout ou assis? Comment contrôler les mouvements parasites ? Comment occuper l'espace?

Une introduction à la PNL sera également proposé.



Groupe Perspective – Perspective Formation

11 Av. Georges Clémenceau - 06000 NICE

Tel : 09 72 55 35 86 - contact@perspective-formation.fr

www.perspective-formation.fr

SIRET N° 79276787300021 - SARL PCCF au capital de 15.000 euros

Code APE : 8559A - N° 93.06.07160.06

Perspective est certifié ISO 9001 et ISO 29990 pour la Qualité de ses formations et de coachings





PERSPECTIVE

CONSEIL COACHING FORMATION

IV. prise de parole en public: capter son auditoire

La finalité de la prise de parole en public réussie est la captation de l'auditoire, dès lors comment et quand le faire réagir? Doit on le faire sourire? Comment encourager et décoder les feed-backs?

V. prise de parole en public: maîtriser son stress

Comment préparer son intervention? Nous aborderons les clefs d'une préparation sereine. Suivant l'importance que prend le stress dans votre problématique, nous pouvons compléter ce coaching par tout ou partie du coaching "confiance en soi".

Si besoin nous pourrions également vous proposer la passation d'un inventaire de personnalité à savoir le GOLDEN® qui nous permet de visualiser votre rapport au stress.