



PRISE DE PAROLE //

Comment améliorer sa prise de parole en public?

FICHE PRODUIT N°19PDP



LES OBJECTIFS

- Connaître et transmettre vos singularités
- Mobiliser tous vos outils corporels
- Devenir un orateur interactionnel



LES BÉNÉFICES

- Confiance • Efficacité • Présence

DURÉE:

2 - 3 jours

PUBLIC:

Les salariés
Les cadres
Les indépendants



> PARLER EN PUBLIC, ÇA S'APPREND <

Le saviez-vous ? Parler en public est la 2ème phobie la plus répandue après la peur de la mort. Pourtant, notre vie professionnelle est quotidiennement parsemée de prise de parole. Que ce soit pour animer une réunion, faire une conférence ou une présentation, il existe des techniques pour devenir un orateur aguerri.



Nous sommes référencés
Datadock, votre formation
peut être prise en charge



CONTACT

@ contact@decalez.fr

☎ 06 45 83 17 48



PRISE DE PAROLE //

Comment améliorer sa prise de parole en public?

FICHE PRODUIT N°19PDP

PROGRAMME



SÉANCE 1. Ancrer son corps dans l'espace

- Ses défauts et atouts d'orateur (passages filmés puis analysés)
- Le regard et la verticalité
- Maîtriser sa respiration
- Porter sa voix et provoquer les silences
- Varier sa rythmique verbale et gestuelle



SÉANCE 2. Incarner sa prise de parole en public et rebondir sur les imprévus

- Gestion du stress
- Cohérence entre les messages verbaux et non-verbaux
- Le storytelling



SÉANCE 3. Adapter sa prise de parole en public

- L'écoute active, préalable de l'agilité
- La disponibilité pour rebondir sur l'imprévu
- Bilans individuels et évaluation



LE SUIVI. 3 types de suivis sont proposés à la fin de la formation



SUIVI BASIC



SUIVI PREMIUM



SUIVI VIP



MOYENS PÉDAGOGIQUES.

Techniques d'improvisation appliquée
Jeux de rôles - Mise en situation -
Vidéos



PARTICIPANT.ES, INTERVENANT.ES ET PRÉREQUIS.

3-8 max, 2 formateur.trices certifié.es, maîtrise du français C2



CONTACT



contact@decalez.fr



06 45 83 17 48