



Comment optimiser sa prise de parole en public

Public concerné par la formation : Responsables d'entreprises, de services, cadres...

Pré-requis : Aucun

Objectifs à atteindre :

- ✓ Savoir se préparer
- ✓ Présenter un projet à plusieurs personnes
- ✓ Gérer son temps
- ✓ Présenter de manière efficace ses messages...

Moyens pédagogiques, techniques et encadrement : Formateur permanent, vidéo projecteur, simulations, support de cours.

Durée de la formation : La durée de la formation varie en fonction du niveau de l'apprenant.

Diagnostic à propos de la prise de parole en public

- ✓ Interprétations
- ✓ Les leviers, les talents
- ✓ Les freins, les empêchements
- ✓ Les questions à (se) poser pour progresser

Préparer son exposé

- ✓ Ses buts
- ✓ Le matériel
- ✓ L'auditoire
- ✓ Le lieu

Le format de l'exposé

- ✓ L'amorce
- ✓ La présentation
- ✓ Les points clés
- ✓ La conclusion

Le savoir-être et le savoir-faire avant de présenter l'exposé

- ✓ L'état d'esprit
- ✓ Gérer son temps
- ✓ Gérer son stress
- ✓ S'inspirer des techniques de l'acteur
- ✓ Gérer les impondérables

Traiter les questions-réponses

- ✓ Créer l'échange
- ✓ Gérer les contradicteurs
- ✓ Notions de PNL

Les mouvements refuges

- ✓ Comment gérer la passivité
- ✓ Comment gérer l'agressivité
- ✓ Comment gérer la manipulation
- ✓ Choisir l'assertivité

S'organiser pour progresser

- ✓ Expérimenter
- ✓ Le PMI
- ✓ Le co-développement
- ✓ S'engager dans un plan d'actions...



Méthodes pédagogiques :

Alternance entre apports théoriques et mises en applications directes sur des exemples académiques ou issus de l'environnement professionnel des stagiaires

Evaluation des acquis :

Ateliers, simulations individuelles avec passages devant le groupe au cours de la formation, pour validation des compétences à acquérir ou des situations à solutionner...

Mise en place, en fin de module, d'un plan d'actions et de progrès individuels.

Feuille d'émargement journalière et bilan écrit à chaud.