

RENFORCER SA POSTURE D'ORATEUR

Objectif

Être capable de mobiliser ses qualités oratoires physiques en toutes circonstances au service de son discours.



COMPÉTENCES VISÉES

- Identifier ses qualités oratoires
- Savoir écouter comment le public écoute
- Connaître les appuis physiques
- S'approprier les bases de la physiologie de la respiration
- Maîtriser son confort
- Développer son impact
- Maîtriser sa communication en situation de stress

RESSOURCES PÉDAGOGIQUES ÉVALUATION DES COMPÉTENCES

- Partage d'expérience
- Éclairages théoriques
- Mises en situation avec de nombreux passages par participant. L'acquisition de la méthode se fait par entraînement et répétitions
- Cas pratiques adaptés en fonction des besoins des participants
- Mémo reprenant l'ensemble des thèmes abordés en formation ainsi que les ressources pédagogiques

PUBLIC

- Toute personne amenée à prendre la parole en public, en interne ou en externe..
- Si un participant présente une situation de handicap, nous vous remercions de nous en informer afin que nous puissions adapter la formation.

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES & MATÉRIEL

- Présentiel : 6 participants maximum
- Animation par François Pilon
- Questionnaire préformation et évaluations à chaud et à froid
- Matériel de captation vidéo fourni
- Feuille de présence numérique
- Attestation de formation



2 jours – 14H

Option : suivi individuel d'1H ou collectif d'1/2 journée à caler dans les 4 semaines qui suivent la formation

Cette formation ne nécessite aucun prérequis



Intra entreprise : sur mesure
Interentreprises : dates sur le site



Intra entreprise : tarif sur demande
Interentreprises : 2100€ HT/participant

RENFORCER SA POSTURE D'ORATEUR

Programme

JOUR 1

Partie 1

• Les enjeux de la communication orale

- Introduction – Présentation de la prise de parole à enjeu
- Les manifestations physiologiques, physiques et intellectuelles

Atelier 1 • Exercice de prise de parole à enjeux

- Éclairage – Incarner physiquement son discours pour susciter l'écoute
- Provoquer le regard, maintenir le contact
- Évaluation de compétences – Quiz

Partie 2

• Utiliser avec conscience les appuis indispensables à une prise de parole en public maîtrisée

Atelier 2 • Gestion du temps et respiration diaphragmatique

- Les bases de physiologie au service de la respiration

Atelier 3 • Entraînement

- Utiliser avec conscience les appuis indispensables à une prise de parole en public maîtrisée avec la respiration
- Éclairage – Le corps, le regard, la voix et les mains pour un confort physique et un meilleur impact sur le public

JOUR 2

Partie 3

• La gestion des interactions avec son public

Atelier 4 • La gestion des interactions

- Éclairage théorique
- Évaluation de compétences – Quiz

Atelier 5 • Mise en situation pour développer sa force de conviction dans un environnement difficile

- Éclairage – Les règles de présentation et d'interactions sur les situations particulières : réunions informelles (cocktails, petits-déjeuners professionnels, etc.) ; réunion en visioconférence avec ou sans caméra ; usage d'une présentation projetée ; présentation à plusieurs

Atelier 6 • Entraînement

- Chaque participant expose une situation d'étude qui fait l'objet d'un exercice dédié.