

PRISE DE PAROLE EN PUBLIC

Les outils et les techniques de la communication orale



DUREE

2 jours – 14 heures

OBJECTIFS

- Maîtriser les techniques d'expression orale
- Communiquer avec assertivité et bienveillance
- Adopter un comportement efficace dans les échanges
- Gérer les imprévus et les interactions difficiles
- Préparer et mener une intervention orale

POUR QUI

- Personne désireuse de s'exprimer avec aisance en public

PREREQUIS

Aucun

PEDAGOGIE

Pédagogie active et participative favorisant l'apprentissage et l'implication des stagiaires.

Alternance d'apports théoriques, questions-réponses, QCM, exercices et mises en pratique.

MOYENS D'ENCADREMENT

Formation assurée par un formateur justifiant d'une expérience significative dans son domaine d'intervention et en face à face pédagogique.

LIVRABLES

Support de cours dématérialisés

DELAIS D'ACCES

Inter : selon calendrier

Intra : en concertation avec l'entreprise

ACCESSIBILITE

Locaux accessibles aux PMR.

Autres handicaps : nous contacter pour mise en place des moyens de compensation.

TARIF

Nous consulter.

PROGRAMME

I. MAITRISER LES TECHNIQUES D'EXPRESSION ORALE

- Définir les concepts clés de la communication (Méthode des 7C)
- Identifier les comportements relationnels et les freins à l'expression pour « oser s'exprimer »
- Travailler son non-verbal, sa posture, son regard et sa voix

II. COMMUNIQUER AVEC ASSERTIVITE ET BIENVEILLANCE

- Développer son assertivité pour s'affirmer dans l'entreprise, dans le respect de soi et de l'autre
- Pratiquer l'écoute active pour écouter pleinement et mieux communiquer

III. ADOPTER UN COMPORTEMENT EFFICACE DANS LES ECHANGES

- Développer l'estime de soi pour être plus efficace au travail et pour son bien-être
- Gérer son stress et ses émotions pour communiquer avec efficacité
- Développer son charisme
- Connaître les attitudes et comportements à éviter

IV. GERER LES IMPREVUS ET LES INTERACTIONS DIFFICILES

- Utiliser l'intelligence émotionnelle pour interagir efficacement et créer des liens authentiques et sereins
- Utiliser la méthode DESC pour formuler une critique constructive ou un désaccord
- Gérer les objections, apartés et contradicteurs

V. PREPARER ET MENER UNE INTERVENTION ORALE

- Préparer son intervention en fonction du public visé
- Connaître les grandes phases d'une prise de parole en public
- Structurer son intervention avec clarté et efficacité
- Capter l'attention de ses interlocuteurs et user de l'humour pour parfaire son intervention
- S'entraîner pour être prêt(e) le jour J

EVALUATION

- Questionnaire de positionnement
- Évaluation formative
- Evaluation de la satisfaction vis-à-vis du contenu de la formation, de son déroulement, de la prestation du formateur.

VALIDATION

- Attestation de fin de formation.



Outremer Formation



0692 66 46 45



contact@outremerformation.com



outremerformation.com