

RÉUSSIR VOTRE PRISE DE PAROLE EN PUBLIC : ART ORATOIRE ET TECHNIQUES THÉÂTRALES

PROGRAMME DÉTAILLÉ

Développer la confiance en vous pour vaincre votre appréhension

- Comment établir une relation authentique avec les participants: oser créer l'interaction, vous affirmer en situation.
- Se concentrer, se décentrer, gérer votre espace de jeu, libérer votre gestuelle.
- Savoir utiliser vos mains pour créer des ancrages visuels. Gérer votre trac par la relaxation et les techniques respiratoires.
- Exercer votre voix : intensité, débit, articulation et intonation.
- Exercices d'improvisation basés sur les techniques théâtrales.

Construire votre discours sur le fond et la forme

- Structurer et mettre en valeur vos idées, aller à l'essentiel, être vivant : cultiver les anecdotes, les questions rhétoriques.
- Travailler les enchaînements et les illustrations.
- Être attentif au choix des mots et à la longueur des phrases.
- Comment utiliser les supports et les aides visuelles pour renforcer l'impact de votre présentation ?
- La règle des 3S à maîtriser pour la conception et la présentation.

Développer votre aisance en situation

- Dominer les moments clés : lancer l'introduction, les questions, traiter les incompréhensions, manier la reformulation et les techniques de conclusion.
- Prendre en compte les 7 types de participants : décoder les comportements et les attitudes.
- Jouer de la dynamique de groupe : le jeu des 7 personnages
- Apprendre à gérer la participation d'un auditoire.

Bâtir votre plan d'action en vue du suivi post-formation.

Méthodes et moyens pédagogiques

- Entraînements filmés et analysés, techniques théâtrales, autodiagnosics, techniques de chants.
- Nombreux jeux de rôle pour développer votre aisance.
- Classeur pédagogique + fiches pratiques

OBJECTIFS DE FORMATION

Vaincre votre appréhension.

Construire votre discours sur le fond et la forme.

Développer votre confiance en vous et votre aisance en situation d'animation.

Rendre vivante votre intervention.

PUBLICS CONCERNÉS

Toute personne amenée à effectuer des présentations orales face à un public.

PRÉREQUIS

Venir si possible muni d'un exemple de présentation à animer.

DURÉE

2 jours ou 14 heures +

1 heure de suivi par visioconférence à 45 jours du séminaire.

INTERVENANT

Conseil en communication, certifié master PNL et formé Process Com. Coach.

MODALITÉS D'ÉVALUATION

Tests d'évaluation avant/après.

Remise d'une attestation de fin de formation.