

PRENDRE LA PAROLE EN PUBLIC

Notre facilité à prendre la parole devant un auditoire ne dit rien de nos compétences réelles, mais pourtant, c'est bien lors de ces moments de mise en avant que nous déterminons l'image professionnelle que nous allons porter ensuite pendant une partie de notre carrière. L'enjeu est donc de taille, et c'est bien parce que nous le savons que ces moments d'affichage peuvent sembler douloureux...

LES OBJECTIFS

Comprendre les mécanismes qui sous-tendent la communication orale.

Adapter sa communication.

Améliorer son aisance communicationnelle.

Savoir rebondir sur l'imprévu.

LE PUBLIC

Tout public

NOTRE METHODOLOGIE

Une phase préparatoire d'acquisition de notions, puis de la mise en pratique au travers de situations de prise de parole : situations professionnelles, situations loufoques, improvisation de saynètes ... dans le but de libérer « le comédien » qui sommeille en chacun de nous.

PROGRAMME

Comprendre les mécanismes de communication orale

Le parcours de l'information, la perception du message, exercices pratiques à partir de jeux d'orientation

Construire ses phrases pour en faciliter la réception

Analyse des logiques d'écoute et d'expression, au travers des 4 axes de communication : situer, décrire, analyser, solutionner, exercices pratiques à partir de lectures à haute voix, et de jeux d'argumentation

Comprendre le mécanisme de production d'idées

Les phases d'imprégnation, de foisonnement, le seuil de saturation, la décroissance

Développer son sens de l'improvisation

Exercice basé sur le développement de la créativité, destiné à s'entraîner à l'improvisation, à se désinhiber, à appréhender ses mécanismes d'improvisation, à muscler son cerveau...

POINTS FORTS

- ✓ Une approche ludique qui dédramatise la prise de parole.
- ✓ Des situations de rebondissements où le stagiaire devra puiser dans ses ressources personnelles pour trouver des solutions adaptées.
- ✓ Une ambiance propice pour se lancer des défis personnels.



2 JOURS



Inter : 1500 euros HT
Intra : Nous consulter
(10 personnes max)
Hors frais
d'hébergement et de
repas