



## Prise de parole en public

*Cette formation vous permettra de maîtriser les techniques de communication relatives à la prise de parole en public.*

*Vous apprendrez à rendre votre communication, verbale et non verbale, optimale en toute circonstances professionnelles.*

*Modalité d'accès: 3 semaines après la signature de la convention*

**Durée:** 14.00 heures (2.00 jours)

### Profils des apprenants

- Toute personne réalisant des prises de parole en public en situation professionnelle

### Prérequis

- Aucun

### Accessibilité et délais d'accès

Si vous êtes porteur d'un handicap merci de bien vouloir contacter isabelle Maleplate référente handicap au 0678380495 afin de pouvoir échanger sur l'adaptation de votre parcours de formation

3 semaines

### Qualité et indicateurs de résultats

Pour la période 2023:

Taux de satisfaction des apprenants 0%

Nombre d'apprenants 0%

Taux et causes des abandons 0%

Taux de retour des enquêtes 0%

## Objectifs pédagogiques

- A l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de :
- Appliquer les pratiques fondamentales de la communication
- Transmettre un message oral
- Gérer son anxiété au cours de ses prises de parole en public
- Appliquer les techniques d'expression orale
- Aménager des techniques de compensation en cas d'objection et lors de situations difficiles

## Contenu de la formation

- Reconnaître les divers types d'intervention
  - Les particularités du discours et de la conférence, les types d'animation et attitudes adéquates correspondants
  - Les spécificités de la prise de parole lors d'un exposé ou d'un débat
  - Les diverses catégories de réunions : d'équipe, d'information, de prise de décision, de créativité...
  - Créer l'argumentation juste : comment convaincre et persuader
  - Organiser l'information en fonction du public et de l'objectif à atteindre : structurer ses idées et son propos

PARVENIR | 393 CHEMIN CLAUDINE LUCEYRAN 33340 LESPARRÉ MEDOC | Numéro SIRET : 949 915 680 00019 | APE : 70.22Z

SASU au capital de 1000€-TVA intracommunautaire : FR57949915680

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 75331523433 auprès de la préfète de région Nouvelle Aquitaine

Certification Qualiopi No 34331721-1 du 18 Avril 2023

Cet enregistrement ne vaut pas l'agrément de l'État.



- Connaître les pratiques fondamentales de la communication
  - Théorie de la communication et parties prenantes : message, émetteur, récepteur, interférences, les filtres...
  - La communication en objectifs : convaincre, pousser à l'action, informer, influencer...
  - Étude individuelle des points forts et des points faibles des stagiaires dans leur communication face au groupe
  - Comprendre la réaction d'un public à l'aide des schémas de la communication unilatérale et interactive
  - Comprendre la situation d'un émetteur isolé vs des récepteurs groupés, atteindre chaque auditeur
  - Reconnaître ses canaux sensoriels privilégiés : visuel, auditif et kinesthésique.
- Travailler le verbal pour garantir une prise de parole réussie
  - Structuration de son discours à l'aide de différentes méthodes
  - Déroulé fondamental d'une prise de parole
  - Comment faire le choix de ses mots : s'adapter à son auditoire, être concis, accepter et rendre utile le silence
  - Identifier les mots et expressions à privilégier et ceux à éliminer
  - Défendre ses idées en argumentant : les différents types d'arguments
- Rester maître de sa communication non verbale
  - Force et étendue de la communication non verbale et para-verbale, définition de congruence
  - Le langage corporel : réaliser des gestes d'ouverture, dynamiques et sereins, être expressif et dans l'instant
  - Déplacements et appropriation de l'espace : Apprendre à s'approprier son périmètre d'intimité pour gérer ses déplacements et habiter l'espace de manière calme et assurée
  - Travailler sa posture et ses appuis pour apprendre à s'ancrer, techniques associées
  - Gérer ses expressions faciales pour se montrer agréable et accessible de manière appropriée
  - Travailler son regard pour exprimer ses émotions positives et capter l'attention
- Composer avec son appréhension de la prise de parole
  - Concepts et définition du trac : pressions et conditionnements
  - Comprendre et décrypter les signes physiques du trac, concept des alertes automatiques
  - Interpréter ses propres attitudes : de la fuite passive à l'assertivité
  - Adopter un comportement assertif. Concepts de l'affirmation de soi, de confiance et d'attitude constructive.
- Redevenir maître de soi en rendant son trac utile
  - Savoir se calmer et maîtriser son trac
  - Techniques de respiration pour gérer son trac
  - Travailler et régler sa voix
- Communiquer avec son auditoire
  - Se positionner en attitude d'écoute avec les techniques d'écoute active et de reformulation
  - Apprendre à gérer les différents interlocuteurs d'un groupe, notions d'effet et de dynamique de groupe
  - Savoir adopter les attitudes justes face aux questions difficiles ou agressives, ainsi qu'à la critique polémique

## Organisation de la formation

### Équipe pédagogique

La formation sera assurée par une experte

### Moyens pédagogiques et techniques

- Questions orales ou écrites (QCM...) Des mises en situation Jeux de rôle La formatrice évaluera les acquis en utilisant des exercices pratiques à la fin de chaque séquence pédagogique

### Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation

- Evaluation des acquis par des exercices de mise en situation

**Tarif inter-entreprise par personne HT : 990.00 €**

**Tarif intra : nous consulter**

Date de création 19 juin 2023

# PARVENIR

Email : parvenir9@gmail.com

Tel : 06 78 38 04 95



Date de mise à jour 19/06/2023

PARVENIR | 393 CHEMIN CLAUDINE LUCEYRAN 33340 LEPARRE MEDOC | Numéro SIRET : 949 915 680 00019 | APE : 70.22Z

SASU au capital de 1000€-TVA intracommunautaire : FR57949915680

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 75331523433 auprès de la préfète de région Nouvelle Aquitaine

Certification Qualiopi No 34331721-1 du 18 Avril 2023

Cet enregistrement ne vaut pas l'agrément de l'État.