14 HEURES

Prise de parole en public

Objectifs

- Se préparer, organiser et structurer sa prise de parole
- Développer son expression verbale et non verbale
- Développer son aisance relationnelle en toute circonstance

Public

Toute personne souhaitant développer son aisance orale face à une audience

Prérequis

Aucun

Tarif

Intra : 3 600 € HT – Inter : 1000 € HT

Programme

- Se mettre à la place de l'auditoire
- Les différents types de plans
- Les différents niveaux
- Démarrage et conclusion
- L'argumentation par rapport à une cible
- La préparation matérielle et la préparation psychologique
- L'influence du verbal et du non verbal
- Les lois de la communication orale
- L'utilisation des différents sens
- Identifier ses ressources et ses faiblesses
- Exercices vocaux
- Exercices visuels
- Exercices corporels
- Exercices d'improvisation
- Travailler sa « présence »
- Gestion au mieux des questions sans être déstabilisé

Notre approche

- Des techniques issues du théâtre et de l'improvisation
- Une pédagogie participative et collective mobilisant les ressources de chacun
- Des exercices corporels, de respiration, d'articulation, de gestion dans l'espace, d'intonation
- L'utilisation de la vidéo pour ceux qui le souhaite et avec parcimonie

Evaluation

- **Pré-formative** par questionnaire en ligne (mobilisation, niveau, attentes)
- **Formative** par échanges, questions et mise en pratique
- **Post-formative** par questionnaire de fin de stage