

Prendre la PAROLE en PUBLIC, avec aisance et force de conviction

Inter à Paris



3 participants maxi
Réalisation assurée
aux dates prévues

Durée : 2 jours + indiv.

Dates :

1 – 2 février
 8 – 9 mars
 25 – 26 mai
 13 – 14 sept
 4 – 5 octobre
 22 – 23 nov

Prix HT : 1.690 €

- ◆ Clarification des objectifs
- ◆ Travail en journées
- ◆ Session Individuelle de suivi et conseils personnalisés : 1 H 30

Individuel

Durée : 10 à 15 heures
en face à face, suivant
les enjeux et le niveau

Dates : choisies avec le stagiaire

Prix HT : 2.100 à 3.150 €

- ◆ Entretien préparatoire.
- ◆ Travail en 2 ou 3 sessions
- ◆ Appels appui

En option - sessions individuelles de suivi : 210 €/heure

Intra (Sur mesure)

Adaptation du nombre de participants, du contenu et de la durée, en fonction des objectifs visés.

Animateurs

Marie-Emm. BRAILLET
 Véronique CAUWET
 Michèle GENDRAULT
 Danielle GIRAUD
 Guy SIGNORI
 Katya VUCEKOVIC

CONTEXTE :

L'art de prendre la parole devient indispensable, plus l'on gravit les échelons de la responsabilité.

Vous voulez vaincre le trac, ne plus vivre dans la peur d'une présentation clé, être plus convaincant, être à même d'improviser, échapper à la crainte de perdre le fil, ...

*Comme pour tout art, le don de **prendre la parole se cultive** et l'insuffisance de dispositions se travaille, pour progresser vers **plus de plaisir et d'impact sur ses publics**.*

OBJECTIFS :

A l'issue de cette formation, les participants disposeront de moyens pour :

- enrichir leurs talents de communicateur devant une assemblée, en réunion, dans une équipe, avec des clients, que l'intervention soit préparée ou improvisée,
- intervenir pour expliquer, motiver, convaincre, captiver, avec assurance, précision, clarté... et davantage de charisme,
- faire de leurs émotions des atouts, quelle que soit l'importance et la nature du public.

PUBLIC : Cadres ou Assimilés, Commerciaux, Formateurs, Ingénieurs d'Affaires, Consultants, ...

THÈMES pouvant être abordés

Préparer l'intervention

Quel résultat je vise (objectif). Quoi dire (contenu). Comment le dire. Organiser mes idées avec clarté (forme). Utiliser un langage adapté à mes interlocuteurs (vocabulaire). Structurer mon discours de façon percutante. Créer des images et des visuels qui ont de l'impact

Me préparer

Entraîner ma mémoire et développer ma concentration
 Projeter mentalement le déroulement de mon intervention
 Mobiliser mes ressources (ancrages). Modéliser les meilleurs

Maîtriser et utiliser le trac – gérer mon stress

Développer une attitude mentale positive
 Apprendre à bien respirer
 Ancrer mes ressources et mettre en place quelques moyens "anti-tracs"
 Transformer mes émotions en expressions d'authenticité

Occuper la scène

Tenir compte de l'importance de la première minute
 Me centrer sur moi, sur l'autre
 Travailler mes postures d'excellence. Libérer ma gestuelle. Me synchroniser
 Utiliser l'espace, mon regard, ma voix
 Maîtriser et utiliser à bon escient les aides : tableau, vidéoprojecteur, visuels, ...
 Répondre aux questions, animer les débats, ramener les échanges dans le contexte
 Savoir conclure et clore

Faire face aux situations délicates

Répondre aux agressions. Affronter le danger avec calme et sérénité
 Captiver un auditoire difficile, agité, inattentif,...

Disposer des "plus" qui font le charisme

Inspirer Confiance, Puissance, Présence

Entraînements VIDEO intensifs. Le participant, qui le souhaite, recevra son DVD après la formation.

Cette session peut être complétée par "Réussir ses présentations - POWERPOINT" (EI01)