Perfectionner son aisance à l'oral

Public :	Toute personne souhaitant gagner en aisance et en fluidité à l'oral
Prérequis :	Aucun
Durée :	2 jours (14 heures)
Objectifs :	**A l'issue de la formation, le participant est capable de :** Affirmer sa présence lors de ses présentations orales Trouver son style et maîtriser les subtilités de la communication orale Contrôler et évacuer le stress pour gagner en présence et efficacité à l'oral.

Programme :

Travailler sur ses blocages et inhibitions

- Apprivoiser son trac, ne plus le subir. Rester maître du jeu
- Acquérir de la confiance
- Analyser son style de prise de parole
- Identifier ses axes d'amélioration et ses points positifs

Se préparer à la prise de parole

- Utiliser les techniques respiratoires pour se décontracter et acquérir la concentration nécessaire.
- Utiliser la gestuelle, son regard et les silences pour mieux capturer l'attention de son public
- S'exprimer avec plaisir, conviction
- Améliorer sa diction, son intonation, son rythme
- Illustrer sa communication et se faire un atout de la force des images
- Organiser ses idées et structurer son intervention
- Identifier les caractéristiques de son auditoire pour adapter et organiser ses idées

Adopter un comportement efficace dans les échanges

- Pratiquer l'art du questionnement et de la reformulation pour une communication constructive
- Trouver l'attitude, le ton et les mots qui favorisent les échanges
- Repérer le piège des questions
- Canaliser et maîtriser les échanges

Méthode pédagogique :

Transmission des apports théoriques par des exposés et des exercices.
Découverte des enseignements par le questionnement et les échanges avec et entre les participants.

Jeux de rôle, mises en situation.

Modalités d'inscription :

L'inscription est validée par un entretien téléphonique ou physique.

Modalités d'évaluation :

Le participant doit s'auto-évaluer au début et à la fin de la formation. Cette auto-évaluation est complétée par un questionnaire de fin de formation pour évaluer les compétences acquises durant de la formation et un questionnaire de satisfaction.