

# Prendre la parole et réussir ses interventions en public

*Les techniques pour convaincre*

Efficacité professionnelle (V2021Mai-03)



## Objectifs opérationnels

A l'issue de la formation le participant saura structurer son discours, gagnera en assurance dans ses interventions et apprendra les techniques pour convaincre et persuader lors d'une réunion ou face à un auditoire.



## Aptitudes et compétences acquises à l'issue de la formation

- Maîtriser les facteurs qui influencent la prise de parole en public : gestion de la voix, de la respiration, du souffle, du rythme et des tonalités
- Surmonter son trac et maîtriser son émotivité, faire face aux situations stressantes
- Apprendre à maîtriser la communication verbale et non-verbale
- Préparer une intervention « se mettre en scène » : contenu, préparation matérielle, contextualisation de la situation

## Pour qui ?



### Public concerné

- Toute personne désirant perfectionner sa prise de parole devant un auditoire,
- Toute personne désirant gagner en aisance lors d'entretiens préparés ou improvisés.
- Directeurs fonctionnels et opérationnels, managers, cadres, consultants, responsables de services ou de départements ayant à s'exprimer en public (présentations, réunions entretiens, annonces, rapports,...).



### Prérequis

- Aucun niveau de connaissances préalables n'est requis pour suivre cette formation.

## Modalités pratiques



### Durée & Délais d'accès

- Durée : De 14h soit 2 jours de formation.
- Délais d'accès : en fonction des disponibilités des stagiaires, des formateurs et du planning



### Format

- Inter et Intra-entreprises
- Ajustements sur-mesure possibles
- Présentiel
- De 2 à 10 personnes maximum



### Tarif

- Inter-entreprise : 1 490,00 € HT
- Intra & Sur Mesure : Nous consulter selon la durée, le nombre et le niveau des participants.



# Prendre la parole et réussir ses interventions en public

## Les techniques pour convaincre

Efficacité professionnelle (V2021Mai-03)

### Parcours pédagogique



#### Méthodes & supports pédagogiques

##### Méthodes pédagogiques

- Participation active des participants qui prennent la parole devant le groupe.
- Jeux de rôles filmés.
- Mise en situation.

##### Moyens techniques

- Vidéoprojecteur ainsi que ressources multimédia et paperboard.



#### Programme de formation

- Vaincre ses appréhensions et son trac
  - Analyse des difficultés d'expression.
  - L'importance de la respiration
  - Savoir moduler sa voix. Le langage du corps
  - Confiance en soi, avoir une image constructive.
  - Ne pas se laisser envahir par le trac.
- Optimiser sa communication non verbale
  - L'effet "balai" : laisser parler son corps.
  - Les gestes trahissent nos pensées.
  - La gestuelle et son décodage (orateur et participants).
  - Les postures à adopter, à éviter. Gérer l'espace, bouger.
- Apprendre à coordonner l'ensemble des techniques
  - La préparation mentale.
  - Appliquer les techniques de manière naturelle.
  - Harmoniser la communication verbale et les mouvements du corps.
- Préparer son intervention
  - Utiliser son stress positivement.
  - Connaître son auditoire. Prendre ses marques, repérages.
  - Se préparer mentalement, les miracles de la projection mentale positive.
  - Préparer ses notes.
  - S'entraîner à faire des interventions sans notes.
  - Préparation des supports, utilisation de la technique
- Improviser une prise de parole
  - Que faire en cas d'interventions imprévues ?
  - Les bons réflexes à avoir. Garder son calme.
  - L'importance de la respiration.
- Captiver son auditoire
  - Être un bon auditeur pour être un bon orateur.
  - Bien commencer son intervention.
  - Ecouter, regarder le public, utiliser les réactions.
  - Formule pour entraîner, faire adhérer à ses idées.
  - Argumenter pour convaincre son auditoire
  - Répondre aux questions agressives, manager les perturbateurs.



#### Intervenant

- Formateur(s) experts en communication et prise de parole en public



#### Evaluation

- Test QCM théorique & épreuves pratiques
- Cette formation fait l'objet d'une mesure de la satisfaction globale des stagiaires sur l'organisation et les conditions d'accueil, les qualités pédagogiques du formateur ainsi que les méthodes, moyens et supports utilisés.