

Réussir sa prise de parole et ses interventions en public

Objectifs pédagogiques

- Acquérir confiance et aisance dans la prise de parole en public
- Apprendre à structurer son discours pour le rendre efficace

Public visé

Tout public

Programme

Prise de parole en public : situation à fort enjeu

- Vous et votre image : exploration des ressources personnelles : atouts et points d'amélioration
- La mobilisation des 3 fonctions (corps, tête, cœur)
- Les clés de l'orateur

Intégrer les composants de la communication non-verbale dans son intervention

- Importance du verbal et non verbal sur le message

Importance de la préparation

- Savoir s'approprier le thème
- Structurer comme un sandwich
- Enrichir le thème de son vécu
- Construire sa carte mentale
- Comprendre ses émotions et neutraliser ses pensées négatives

Capter son auditoire

- Savoir accrocher son auditoire dès l'entrée en scène
- Interagir avec le public
- Donner du rythme
- Maîtriser les temps
- Être à l'écoute de son ressenti pour mesurer l'impact de son discours
- Prendre en compte « l'état émotionnel » de son public
- Développer son charisme
- Importance de la conclusion : messages à retenir, ré-appuyer le ou les messages forts, donner les perspectives

Gérer son trac et construire sa zone de confort

- Savoir Ré-appuyer le ou les messages forts son auditoire dès l'entrée
- Donner les perspectives
- Laisser ouvert sur la suite et également donner envie d'en savoir plus

Réussir sa prise de parole et ses interventions en public

Méthodes et supports pédagogiques

- Pédagogie 100% interactive : des jeux de communication, des exercices issus de l'improvisation théâtrale
- Plan d'action personnel
- Feuille d'émergence
- Attestation de présence
- Évaluation des compétences acquises

L'intervenante

Chantal Benoist, consultante, formatrice coach au sein de Actiforces.

Depuis plus de 20 ans, accompagne les managers, les équipes et service RH, dans le domaine de l'efficacité personnelle et professionnelle.

Expériences de consultante, formatrice et responsables d'équipes et RRH pour un groupe médical multi-sites.

Animation de parcours de formation managériale et prise de parole en public dans le secteur industriel, agroalimentaire, logistique et service

Titulaire d'un DESS de Psychologue du travail, complété de formation coaching, Analyse transactionnelle, PNL et Process com.

Comédienne théâtre- amateur pendant plus de 10 ans.

Durée, date et lieu

Durée	Date	Lieu
1 jour (7h) – de 9h à 17h	23 juin 2020	Cité de l'Agriculture - Orléans

Coût de la formation

Tarif adhérent AREA	450,00€ HT (soit 540,00€ TTC) / personne
Tarif non adhérent AREA	550,00€ HT (soit 660,00€ TTC) / personne

- Frais de restauration offert
- Frais de déplacement et d'hébergement à la charge du stagiaire

Le +

- Un groupe de 12 participants maximum, tous professionnels de l'agroalimentaire afin de partager des expériences et des préoccupations concrètes.



- Formation accessible aux personnes à mobilité réduite