

Améliorer sa communication orale

PUBLIC



Toute personne amenée à s'exprimer en public.
Accessible aux personnes en situation de handicap.

PRÉREQUIS

Aucun.

OBJECTIFS



S'initier aux techniques de communication.

APTITUDES

Capacité à s'exprimer et à se faire comprendre en public.
Aisance à communiquer verbalement et par écrit.

COMPÉTENCES VISÉES

Découvrir son style de communicant.
Acquérir confiance et aisance lors d'une prise de parole en public.
Développer un leadership performant et communicatif.
Appréhender les règles de la communication écrite.

MÉTHODES UTILISÉES

Supports remis aux participants en séance.
Ateliers de mise en pratique. Ateliers réflexifs.

MODALITÉS D'ÉVALUATION

Évaluation de l'acquisition des connaissances au travers des exercices pratiques. QCM d'évaluation en fin de formation.

DURÉE



Durée : 2 jours | Délai d'accès : sur demande

TARIF

A partir de 300 euros par personne /

MODALITÉS

Présentiel / à distance / mixte

PROGRAMME

Découvrir son style de communicant

- Diagnostic de ses potentiels communicatifs
- Ses rigidités et dérapages relationnels
- Elaboration de son plan d'action de progrès

Se situer et progresser dans les cinq dimensions de la communication orale

La dimension intellectuelle

- Découverte de son auditoire
- Structuration de son discours
- Personnalisation des propos

La dimension relationnelle

- L'interactivité auditeur / récepteur
- Les 5 règles d'or pour impliquer son auditoire

La dimension corporelle

- Exposition de sa personne
- Posture, gestuelle, attitude dans l'espace
- Tonalité, débit et intonation de la voix

La dimension verbale

- Méthode de mise en scène de ses messages
- Techniques vocales et forces d'expression
- Supports matériels et aides visuelles

La dimension émotionnelle

- La valorisation de l'énergie du stress au profit de l'action
- Équilibre personnel
- La gestion du trac et la concentration