

## OBJECTIF DE LA FORMATION

Savoir capter l'attention et convaincre un auditoire. Maîtriser les principales techniques de l'expression orale. Prendre confiance en sa communication.

## PARTICIPANT

Toute personne souhaitant améliorer sa communication orale en public.

## PRÉ-REQUIS

Aucun.

## FORMATEURS

Spécialiste en communication.

## MODALITÉS ET PÉDAGOGIE

- Questionnaire d'évaluation en début et en fin de formation
- Cas pratiques et études de cas, Quiz
- Horaires : 9h00 à 12h30 – 13h30 à 17h00
- Nombre maximum de stagiaires : 8
- Formation disponible à distance ou en présentiel
- Méthode interactive et intuitive
- Support Stagiaire
- Assistance téléphonique
- Attestation de fin de stage
- Questionnaire de fin de formation

## PROGRAMME

### LA COMMUNICATION ET LE DISCOURS

Parler c'est s'exposer  
A l'origine de la communication  
Déterminer son objectif principal et identifier les messages essentiels  
Les différentes formes du discours  
Convaincre ou persuader

### PREPARER SON DISCOURS

Identifier et connaître son public pour mieux l'aborder  
La structure du discours  
Comment commencer son discours  
Méthodologie de la hiérarchisation des arguments du discours  
Les transitions du discours  
Le savoir conclure  
Adapter le vocabulaire au public concerné  
La préparation des séquences questions

### ANIMATION DU DISCOURS

Trouver son style d'orateur  
Suscite un climat de confiance  
Maîtriser les échanges : distribuer, reprendre la parole  
Valoriser les interventions

### GERER SON TRAC / GAGNER EN ASSURANCE

Rester son moi-même  
Qu'est-ce que le trac ?  
Identifier ses craintes  
Utiliser les techniques de la respiration  
Utiliser les techniques de visualisation positive

### LES OUTILS DU NON VERBAL ET DU PARALANGAGE

Maîtriser les attitudes gestuelles et corporelles  
Utiliser les regards, les gestes pour plus de présence  
Gérer : ses mains, son regard, son sourire, son attitude, ses déplacements, ...  
Faire vivre sa voix : débit, articulation, intonation, modulation, rythme  
Utiliser les silences