

## MÉTIERS

### Communiquer à l'oral - 2 jours

- **PRÉSENTATION** | Cette formation sur mesure a pour objectif d'analyser et de corriger ses difficultés liées à la prise de parole en public et face caméra.

<b>OBJECTIFS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mieux se connaître, développer son potentiel à l'oral pour être force de persuasion ;</li> <li>• S'affirmer dans son expression orale en maîtrisant son corps, sa voix, sa gestuelle ;</li> <li>• Structurer son intervention, s'adapter à l'auditoire en présentiel ;</li> <li>• Gagner en impact à l'oral.</li> </ul>
<b>PRÉ-REQUIS</b>	Aucun.
<b>PROGRAMME</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Diagnostiquer les difficultés liées à la prise de parole (<i>gestion du stress, confiance en soi</i>) ;</li> <li>• Identifier les composantes du langage verbal et non verbal (<i>corps, contenu, relation</i>) ;</li> <li>• Maîtriser les outils à disposition de tout orateur (<i>voix, débit, articulation, modulation, respiration, silence, émotion</i>) ;</li> <li>• Poser les préalables à l'expression orale (<i>préparation, structure de l'exposé</i>) ;</li> <li>• Travailler sa mémoire ;</li> <li>• Découvrir et prendre conscience de sa voix ;</li> <li>• Captiver son auditoire (<i>convaincre, alterner, rythmer, animer</i>) ;</li> <li>• Ressentir un interlocuteur ou une salle (<i>écoute active, bulle relationnelle</i>) ;</li> <li>• L'impact face caméra (<i>apprivoiser la caméra</i>) ;</li> <li>• Se préparer physiquement et mentalement (<i>exercices d'éloquence, jeux de rôles en situation, jouer avec sa personnalité</i>).</li> </ul> <p><b>En fin de session, un temps est consacré au débriefing avec les stagiaires.</b></p>
<b>PUBLIC</b>	Tout public
<b>INTERVENANT</b>	Formateur consultant en développement de la communication
<b>RESPONSABLE DE FORMATION</b>	Mélanie MERTINY
<b>MODALITÉS PÉDAGOGIQUES</b>	<p>En fin de stage, le stagiaire sera en capacité :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• D'analyser et de corriger ses difficultés liées à la prise de parole en public et face caméra</li> <li>• De gérer son stress</li> <li>• De connaître les préalables et les composantes du langage verbal et non verbal (<i>posture, voix, relation</i>) ;</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• De retenir facilement un texte ;</li> <li>• De construire un plan d'intervention avec méthodologie en tenant compte des différents auditoires et de s'adapter en toute circonstance (<i>pitch, animation de réunion, conférence...</i>) ;</li> <li>• De capter et surprendre son auditoire, rendre ses prises de parole plus efficaces et impactantes à l'oral ;</li> <li>• D'apprivoiser une caméra ;</li> <li>• D'intégrer les connaissances acquises au cours de la formation à sa propre personnalité.</li> </ul>
VALIDATION	Certificat de réalisation.
DURÉE	2 jours (14 heures)
LIEU & DATE	À déterminer
COÛTS ET MODALITÉS	Pour connaître toutes les conditions d'accessibilité ( <b>y compris pour les personnes en situation de handicap</b> ), les délais d'accès et le prix de chacune de nos formations : nous contacter.