



2  
Jours

## La prise de parole en public - Initiation

dans COMMUNICATION ORALE - COMMUNICATION ORALE / Réf : EFF-COO-05

### Objectifs de la formation

- Décrire le schéma de la communication
- Formuler efficacement un message et convaincre un auditoire
- Gérer ses interventions

### Programme de la formation

A l'issue de la formation, les participants seront en capacité de :

#### Jour 1 - Matin

#### 1. Définir les fondamentaux de la prise de parole en public

- Les caractéristiques d'une prestation orale réussie
- Inventaire des principaux défauts à éviter lors d'une prise de parole en public
- L'impact respectif de la communication verbale et non verbale
- Le poids des mots, de la voix, des expressions et de la gestuelle
- Les techniques d'expression orale (la respiration, la voix, l'articulation, le rythme, les silences)
- La communication non verbale (la posture, les gestes, le visage et les mimiques, le regard, la distance et les déplacements)
- Les composantes de l'autorité et du charisme

#### Jour 1 - Après-midi

#### 2. Définir le contenu du message

- Structurer et illustrer ses idées
- Faire un plan équilibré, prévoir les transitions, choisir des mots clés
- Prévoir l'argumentaire, les objections possibles, le contre argumentaire



## Jour 2 - Matin

### 3. Préparer les conditions matérielles

- Gérer l'espace et la disposition de la salle
- Définir les meilleurs supports visuels
- Veiller à la fiabilité des outils de présentation (informatique, vidéo...)
- S'appuyer sur des notes utiles

## Jour 2 - Après-midi

### 4. Préparer efficacement son intervention

- Vaincre le trac, gérer le stress, techniques de relaxation, méthodes et outils efficaces
- Réussir ses premières minutes, créer de l'intérêt et de la sympathie
- Captiver et maintenir l'attention de l'auditoire
- Adapter son niveau de langage et son vocabulaire
- Utiliser tous les registres d'expression pour toucher tous les publics
- Les mots à utiliser et les mots à éviter
- La règle des 4 C
- Se mettre soi-même en position d'écoute, réagir sans subir
- Susciter et gérer les échanges
- Réagir aux interruptions, aux événements perturbateurs
- Savoir improviser et rebondir face aux objections
- S'auto évaluer et accueillir la critique pour progresser

## Pré-requis

Aucune connaissance préalable n'est requise pour suivre cette formation

## Public cible

Toute personne amenée à prendre la parole en public



## Pédagogie

### Méthodes pédagogiques

- Les concepts, outils, méthodes seront transmis au travers de présentations théoriques
- Pour s'assurer de la bonne assimilation des savoirs, le formateur proposera des études de cas pratiques issues ou inspirées des situations des apprenants
- Des ateliers collaboratifs en sous-groupes (workshop) pourront être mis en place afin de faciliter l'acquisition des connaissances

### Modalités d'évaluation

- Les acquis des participants seront mesurés tout au long de la session de formation
- L'évaluation privilégiera la réalisation de cas pratiques corrigés
- Elle pourra également prendre l'aspect d'un QCM ou d'un quiz
- Enfin la bonne acquisition des savoirs pourra être vérifiée par la mise en place de jeux de rôles évalués avec retours du formateur
- Une attestation de formation reprenant l'ensemble des objectifs pédagogiques sera délivrée à chaque participant à l'issue de la formation

