

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

Préparer sa prise de parole
Capter l'attention et la garder
Utiliser le langage du corps
Booster sa prise de parole
Apprivoiser son trac

COMPETENCES VISEES

Acquisition des compétences
opérationnelles pour prendre la
parole avec aisance

PUBLICS CONCERNÉS

Tous publics

PRE REQUIS

Aucun prérequis n'est nécessaire

METHODES MOBILISEES

Alternance de pratique et de théorie
avec mise en situation tout au long
de la formation.

MODALITES D'EVALUATION

Formative et sommative
A chaud pour mesurer votre
satisfaction
A froid 60 jours pour valider vos
acquis en situation professionnelle.
Suivi des présences et remise d'une
attestation individuelle.

MODALITES ET DELAIS D'ACCES :

Réponse sous une semaine en
fonction du planning
Minimum 5 personnes
Maximum 12 personnes

DUREE :

2 jours

DATES

A définir ensemble

BUDGET INTRA

1499 €/HT

Frais pédagogiques compris
Inter sur demande

INTERVENANTS

Julieta BIVIO

LIEU

En intra à COMET Paris Ternes
Inter sur demande

PROGRAMME : PRISE DE PAROLE AVEC AISANCE

Préparer sa prise de parole

Mieux connaître son propre fonctionnement

- * Trouver ses qualités et énergie dominante
- * Axes de progrès

FEEDBACK PERSONNALISÉ : présentation d'un discours en 3 minutes

Préparer son discours

- * Les 3 objectifs
- * Les points clés pour bien structurer
- * Instant Prise de conscience : vidéo-minute

Capter l'attention et la garder

Intéresser et motiver son auditoire

- * Une introduction attractive, une conclusion réussie

Les différents types d'accroches

- * ACTION : création de son accroche de présentation
- * Entretenir une bonne relation à son auditoire
- * ACTION : débat collectif

Validation : les 3 points clés pour capter son auditoire

Utiliser le langage du corps

- * Utiliser le souffle et la voix
- * Les 3 composantes de la voix
- * Instant prise de conscience : training vocal

Utiliser le corps pour gagner en impact

- * Le non verbal
- * Les bons gestes et attitudes
- * ACTION : la règle du baobab

Validation : mises-en pratique devant le groupe

Booster sa prise de parole

- * Utiliser la puissance de la connexion du regard
- * La technique du « regard sourire bonjour »
- * ACTION : mise en application du regard