

## **CONCERNE**

Toute personne amenée à conduire des réunions ou à s'exprimer en public.

## **PRÉREQUIS**

Aucun prérequis n'est nécessaire.

## **OBJECTIFS**

- Maîtriser les moyens pour ne pas se disperser et perdre son énergie.
- Apprendre à placer des silences et à utiliser son regard.
- Faire ressortir toutes les nuances de sens en adaptant sa voix.
- Apprendre à s'engager dans le discours pour que le corps soit au diapason.
- Savoir réagir et être à l'aise lors d'imprévus.

## **DURÉE**

1 jour

## **SANCTION**

Attestation de compétences

## **PÉDAGOGIE**

Pédagogie interactive basée sur les techniques de l'acteur.  
Mini saynète, training.

## **LIEU**

EN ENTREPRISE

## **CONTENU DÉTAILLÉ**

### **LES FONDAMENTAUX DE LA PRISE DE PAROLE EN PUBLIC :**

#### **Les différents rôles à tenir :**

Orateur  
Présentateur  
Guide  
Pédagogue

#### **Préparer et clarifier son intervention :**

Objectifs  
Informations à transmettre  
Arguments  
Support

#### **Les phases incontournables d'une animation de réunion :**

Les 30 premières secondes  
L'annonce du déroulé  
La gestion de l'écran ou du paperboard  
Le rôle de leader tout au long de la réunion  
Les interactions avec l'auditoire  
La conclusion

#### **Garder sa personnalité en respectant les codes indispensables à la communication et à l'animation.**

### **À L' ORAL, TOUT PARLE : MAÎTRISER SON COMPORTEMENT ET SA VOIX**

#### **Respiration :**

Comprendre le rôle de la respiration  
Trouver et imposer son rythme

#### **Concentration**

Concentration déterminée par la respiration  
Concentration par objectif immédiat  
Concentration et écoute

#### **Gestuelle :**

Travail sur la neutralité et l'ancrage  
Situer le corps dans l'espace  
Acquisition des fondements

#### **Regard :**

Rôle du regard dans la communication  
Capter l'interlocuteur et l'auditoire  
Maîtriser l'impact du message

#### **Voix :**

Travailler le volume, l'articulation, le débit, les nuances, les silences  
Mettre en adéquation la voix et le langage du corps  
Rythmer son discours grâce à la respiration