La prise de parole en public – niveau 1

<u>Objectifs</u>

- Analyser sa pratique
- Identifier ses points forts et les valoriser ; Analyser ses points faibles et les dépasser
- S'organiser et gérer ses actes ; Gérer l'émotivité de la prise de parole
- Appréhender la qualité de ses capacités relationnelles
- Apprendre des techniques de communications et les appliquer
- Animer les différents types de réunions, appréhender les attitudes à adopter en fonction des situations
- Définir des stratégies d'organisation de réunion selon l'objectif fixé

<u>Méthodologie</u>

1er principe : Je suis la seule personne qui est en mesure de me faire évoluer
2ème principe : des exercices pratiques filmés, puis analysés
3ème principe : des apports théoriques pour éclairer la démarche

<u>1ère journée</u>

1 – Eléments théoriques concernant la prise de parole en public :
- Les principes de base
- Faire passer un message
- Les trois éléments du discours
- Votre corps parle pour vous
- Considérations linguistiques
- L'animation de la phrase

2 – La diction et la voix :
- Placement de la voix, ton, élocution, articulation, prononciation
- Exercices de prononciation, travail de la voix…
- A quoi juge-t-on la prestation d'un orateur ?

3 – Obstacles à la communication, des recettes pour l'améliorer :
- Le stress, les causes et les effets
- Le trac : ami ou ennemi ?
- Les attitudes favorisant une bonne expression orale
- Positionnement et occupation de l'espace

<u>2ème journée</u>

4 – Structurer une intervention orale, un discours :
- Réussir une improvisation orale : technique du SOSRA
- Répondre en public à une question embarrassante : technique DESQ

5 – Savoir convaincre, ça se travaille :
- Les techniques de l'argumentation, associées à la technique de prise de parole en public
- Techniques d'exposés persuasifs

AMPCV

Toute autre utilisation, reproduction, diffusion, publication ou retransmission du contenu est strictement interdite sans l'autorisation écrite du détenteur des droits d'auteur.