

Savoir s'exprimer en public

Descriptif

Publics visés : tous salariés

Durée : 2 jours consécutifs

Animation

Daniel Ollivier - Directeur associé
25 ans d'expérience conseil & formation



Enjeux

Le faire savoir devient dans notre société au moins aussi important que le savoir faire.

Chacun sait que l'efficacité de notre message dépend de la manière de le dire mais aussi de la capacité à l'exprimer face à un auditoire. La maîtrise de l'expression permet d'apprendre beaucoup sur soi, de la maîtrise de ses émotions à la découverte de son potentiel personnalité

Objectifs visés : être capable de...

1. Maîtriser sa communication non verbale par la gestion de son corps : regard, voix, postures physiques
2. Structurer son message autour des idées clefs et mettre en valeur son argumentation
3. Maîtriser les temps forts d'un débat par la maîtrise des interactions et la capacité à rebondir sur les arguments des contradicteurs

Contenus de la formation

1. Eléments clefs et conditions de la réussite d'une prise de parole en public

Ce qui relève de l'organisation : logistique, préparation, structuration et contenu,...

Ce qui relève de la relation : pression du résultat, rapport de force, image de soi...

2. Maîtrise de la communication non verbale

Langage du corps et antidote du stress : comment se détendre et gérer les situations d'inconfort

Savoir capter l'attention et faire de son expression corporelle un atout

3. Structuration du message

Savoir préparer son message à partir de la démarche TOP : thème, objectif, plan...

Mettre en valeur ses idées par la puissance de l'image et de l'illustration

4. Maîtrise du débat

Comprendre l'enjeu d'une situation et la tactique relationnelle à mettre en place

Mettre en œuvre efficacement les outils de la communication par l'écoute active et la capacité à traiter les objections

5. Synthèse et remise du livret « savoir s'exprimer »

Une alternance entre des mises en situation et des apports théoriques apporte un caractère concret et pragmatique à cette formation. Un questionnaire d'auto-évaluation permet de situer à travers nos caractéristiques personnelles les points de vigilance à prendre en compte dans une situation conflictuelle.