

# Optimiser ma prise de parole en public

## Objectifs

À l'issue de ces 14 heures, vous aurez :

- **Découvert**
  - Pourquoi et comment faire de la prise de parole en public un outil de leadership
  
- **Construit votre "boîte à outils" pour**
  - Maîtriser votre stress
  - Préparer vos interventions
  - Faire des introductions impactantes
  - Communiquer efficacement pour partager et faire adhérer
  - Gérer des personnalités et moments difficiles
  - Conclure favorablement

## Programme

### Séquence 1 : Maîtrisons notre stress

- Freins/contraintes
- Trac/stress
- Les trucs et astuces pour maîtriser son stress

### Séquence 2 : Préparer son intervention

- Les effets à produire/les effets à éviter
- Focus sur la préparation mentale
- Focus sur la préparation logistique
- Sur le fond quoi préparer

### Séquence 3 : Réussir mes introductions et créer les conditions favorables

- Les 5 comportements différenciants lors de mon entrée en relation
- Mes introductions « TOP » différenciantes
- Les formulations en mode bénéfique impactant

### Séquence 4 : Ma communication efficiente

- Adopter un comportemental qui implique et facilite
- La proxémie
- Importance du langage non verbal et para verbal
- Le placement du souffle et de la voix ;
- La gestion du regard

### Séquence 5 - Gérer les réactions, profils et situations difficiles

- Les différentes situations difficiles et comment les gérer
- Les différents profils de participant et comment les gérer
- Comment traiter les objections

### Séquence 6 : Conclure de manière efficace

- La méthode « STAR »

### Modalités pédagogiques

- Apports du formateur
- Utilisation de cas concrets issus de l'expérience professionnelle
- Réflexions de groupe
- Mises en situation (filmées)
- Productions individuelles et/ou en sous-groupes
- Études de cas pratiques/vidéos types
- Tests/Jeux
- Utilisation de l'outil KLAXOON

### Evaluation des acquis

- Validation des acquis par des questionnaires, des tests d'évaluations, des mises en situation et des jeux pédagogiques
- Plan 333 de mise en œuvre

<b>Référence :</b> DAS1-413-FP7	<b>Présentiel ou distanciel</b>
<b>Durée horaire :</b> 14h	<b>Public :</b> Tout public
<b>Niveau :</b> Fondamentaux	<b>Prérequis :</b> Aucun
<b>Tarif inter-entreprise :</b> 500€ Nous contacter pour un tarif intra-entreprise	<b>Accessibilité :</b> Toutes les formations sont accessibles au public en situation de handicap ou à défaut guidé vers une structure plus adaptée

**Vous êtes intéressés par cette formation ?**

Contactez-nous sur [contact@manegere.fr](mailto:contact@manegere.fr) ou au 01 41 09 88 98

