

ART ORATOIRE

S'entraîner à la prise de parole en public

**PUBLIC VISÉ:** manager de rayon, adjoint manager**PRÉREQUIS:** manager une équipe, être appelé à organiser des réunions participatives, porter une attention particulière à ses propres capacités d'expression**DURÉE:** 2 jours (14h)**OBJECTIFS DE LA FORMATION**

A l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de :

- + **Maîtriser** son trac
- + **Capter** l'attention d'un auditoire et susciter son adhésion
- + **Découvrir** les pièges de la communication
- + **Savoir utiliser** les bons outils de présentation
- + **Développer** une présence charismatique avec l'auditoire
- + **Mettre en place** des réflexes pour une préparation efficace
- + **Retrouver** une aisance dans l'élocution du discours choisi
- + **Valider** la clarté des messages

MODALITÉS ET DÉLAIS D'ACCÈS

- De 1 à 10 stagiaires
- Sessions ouvertes toute l'année

MOYENS PÉDAGOGIQUES

- + Auto-analyse
- + Feedback
- + Partage d'expérience
- + Techniques de l'acteur
- + Vidéo-training
- + Mise en situation

SUIVI ET ÉVALUATION

- + Feuilles de présence
- + Enquête de satisfaction

TARIF

Selon le devis et la prestation souhaitée

PROGRAMME DÉTAILLÉ

Les temps forts de la formation

1. INTRODUCTION

→ Le trac, qu'est ce que c'est?

2. PRÉPARATION ET ÉCHAUFFEMENT

- Construction et préparation de votre intervention:
 - Quels objectifs? Pour qui? Quels arguments? Quels messages?
 - Quel plan? Quelles notes?
- Les outils personnels:
 - La voix, le regard, les techniques de l'expression orale
 - La respiration, la relaxation, la concentration
 - Le corps, la gestuelle et ses messages

3. MISE EN SCÈNE ET ACCESSOIRES

→ Les outils de présentation de votre intervention: supports techniques / logistiques / accueil

4. RÉPÉTITIONS

- Entraînement magnétoscopé:
 - Enregistrement d'exposés improvisés et préparés dans et hors contexte professionnel
 - Mise en situation d'animation et de déstabilisation (interruption, réagir à l'agressivité, du tac au tac...)
 - Bilan à chaud de mise en situation de parole en public

5. ACTION

→ Plan d'action personnalisé (sous forme de table ronde)

Nous nous soucions du confort de nos stagiaires participants à nos actions de formation, qu'ils soient porteurs de handicap ou non ou qu'ils aient des problèmes de santé ou des difficultés moteurs ou physiques temporaires. Aussi, nous sommes à votre entière disposition pour toute demande particulière concernant les besoins de vos collaborateurs (pauses, station debout/assise, positionnement dans la salle, adaptation des supports avec une plus grande taille de police, intensité lumineuse, etc...). N'hésitez pas à vous rapprocher de notre référente handicap, Jacqueline HAPETTE, pour toute question, demande ou remarque à ce sujet.