

PERFECTIONNER SA PRISE DE PAROLE EN PUBLIC



DURÉE

• 2 jours



TARIF

• Contactez-nous pour découvrir les tarifs de notre catalogue

OBJECTIF

Intégrer les règles de bases de la communication orale
Augmenter la confiance en soi et exploiter son potentiel
Améliorer sa capacité à produire un message et retenir l'attention d'un auditoire

PUBLIC

Toute personne amenée à intervenir face à un groupe de personnes pour une conférence, une réunion, une formation, une présentation...

PROGRAMME DÉTAILLÉ DE LA FORMATION

La communication et ce qu'elle n'est pas !

Ses enjeux pour soi, pour les autres La communication orale comme lien entre des personnes

Évaluation de ses compétences

Faire le point sur sa capacité à faire passer un message juste Comprendre les décalages entre le message que l'on veut faire passer et celui que l'on fait effectivement passer Observer son attitude corporelle et comprendre son impact sur l'écouter

Préparation de sa prise de parole en fonction de ses objectifs

Gestion de soi : le stress, la respiration, la voix, la mémorisation Gestion de l'espace : travail sur le non-verbal Gestion du groupe et introduction à la gestion des situations difficiles Comment développer la spontanéité

Plan de progrès individuel



VOTRE CONTACTS

fc@eesc.fr
03 83 85 61 26 - 07 64 69 05 94

CCI Formation EESC
3 rue du Mouzon
54520 LAXOU

