

BIEN COMMUNIQUER EN PUBLIC

FORMAT : 1 jour

PREREQUIS : Aucun

OBJECTIFS :

- Se préparer
- Apprendre à surmonter son trac, sa timidité, maîtriser son émotivité
- Etablir une relation avec son auditoire
- Communiquer avec aisance
- Apprendre à anticiper l'imprévu
- Maîtriser son image et son message
- Développer son charisme dans l'art de l'éloquence (accroître ses compétences et capacités)

PROGRAMME :

1) Comment se préparer ?

2) La prise en compte de l'environnement

3) La définition des objectifs en fonction du ou des public(s) cible(s)

4) De quoi est constitué le magnétisme de l'orateur dès ses premières paroles ?

- la voix
- L'acuité du regard
- Sa posture et congruence...
- Les bases de la communication verbale et non verbale
- Développer une attitude d'assertivité
- Les techniques d'écoute actives, questionnement, reformulation
- ...

5) Comment insuffler confiance et enthousiasme ?

6) Comment relativiser ses émotions ?

7) Comment faire « vibrer » son auditoire et donner envie de vous suivre ?

8) Comment structurer son discours ?

(notamment « la maison des messages » la règle des 5 C

9) Comment maîtriser le contenu de son message ?

10) Comment réagir à l'imprévu ?

11) Comment marquer les esprits ?

12) Développer son charisme