

Optimiser ma prise de parole

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 "boite 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

Maîtrisons notre stress

- Freins/contraintes
- Trac/stress
- Les 5 facteurs de stress
- Les trucs et astuces pour maîtriser son stress

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

Réussir mes introductions et créer les conditions de la performance

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

Ma communication efficiente

- Adopter un comportemental qui implique et facilite
- La proxémie
- Les 5 fondamentaux de la communication
- Les points clés d'une prise de parole réussie
- L'importance du langage non verbal et para verbal
- L'incarnation
- Le placement du souffle et de la voix ;
- La gestion du regard

Les différents types de réunion et la posture idéale

- Les réunions récurrentes
- Les réunions occasionnelles
- Les briefings/débriefings

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

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
- Tests/Jeux
- Amont et Aval

Evaluation des acquis

- Validation des acquis par des questionnaires, des tests d'évaluations, des mises en situation et des jeux pédagogiques
- Plan 333
- Certificat délivré après évaluation des acquis
- Choix d'un participant témoin qui accompagnera aussi la progression

Référence : : DAS1-413-FP7	Présentiel ou distanciel
Durée horaire : 14h	Public : Tout public
Niveau : Fondamentaux	Prérequis : Aucun
Tarif inter-entreprise : 500€ <i>Nous contacter pour un tarif intra-entreprise</i>	Accessibilité : 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 ou au 01 41 09 88 98