



www.senseforbusiness.com

ATELIER DEVELOPPEMENT PERSONNEL ET PROFESSIONNEL

THEME : Prendre la parole en public

DUREE : 1/2 JOURNEE (3 HEURES) à 1 JOURNEE

OBJECTIFS

- Clarifier les enjeux de la prise de parole en public...et les blocages qu'elle génère !
- Préparer sa présentation : sujet, recherche d'idées, plan, message fort, vocabulaire à utiliser...
- Savoir se mettre en scène : attitude corporelle, importance du non-verbal, diction, regards, présence
- Apprivoiser son stress : vivre une prise de parole en public dans la détente.

METHODE D'ANIMATION

Approche pédagogique basée sur l'expérimentation en ateliers interactifs complétés par des apports d'outils facilement appropriables.

- *Les 7 questions clés à se poser en amont de toute prise de parole*
- *Exercices pour affiner le contenu du discours (carte mentale, jeux d'écriture...)*
- *Exercices pour une meilleure mise en scène de soi (améliorer la diction, jouer des intonations...)*
- *Outils de gestion du stress (techniques de respiration, ancrage corporel, visualisation)*

BREVE PRESENTATION DU MODULE

S'exprimer facilement en situation professionnelle est un des enjeux majeurs de tout chef d'équipe, manager ou directeur ; mais construire une intervention réussie implique de mettre en œuvre des techniques pour structurer le discours, capter l'attention de l'auditoire et maîtriser son stress. Ce module utilise les techniques créatives pour remplir ce challenge : développer efficacement ses talents d'orateur.

MATERIEL NECESSAIRE

Une salle calme, 1 paper-board, 1 micro, fournitures artistiques simples (rouleau papier kraft, feutres, pastels, papiers de récupération, colle).