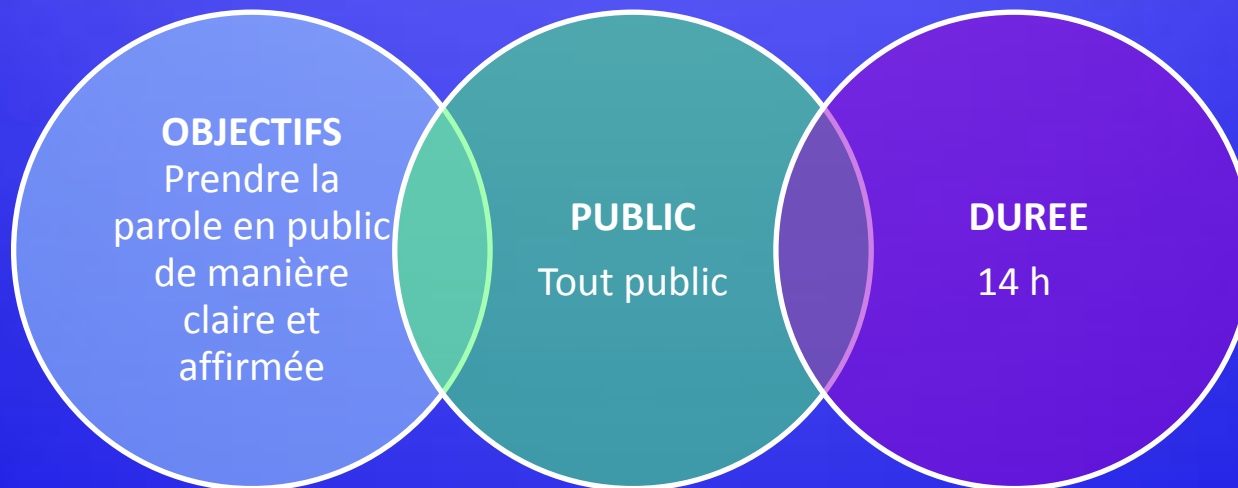


Prise de parole en public



PRISE DE PAROLE

OBJECTIFS

Prendre la parole en public, en fonction du contexte professionnel
Offrir une prestation de qualité, quelque soit le public

MODALITES PEDAGOGIQUES

Travail sur la respiration, la voix, les mécanismes de l'élocution, le non verbal
Exercices d'ancrage, de gestuelle, du regard, du rythme de la voix

- **M1 – INCARNER SES PRISES DE PAROLE**
 - ~ Identifier l'auditoire, le contexte, les enjeux
 - ~ L'empathie : savoir en faire une prérogative et donner une image positive
 - ~ Discerner charisme, autorité, et confiance en soi
 - ~ Faire de son corps et de son visage des vecteurs de son discours

- **M2 – PARLER ET RENFORCER SA CONFIANCE EN SOI**
 - ~ Délivrer un message assertif et percutant
 - ~ L'acceptation de soi : oser demander, recevoir, ou poser ses limites
 - ~ L'affirmation : s'exprimer directement et sincèrement dans la relation à l'autre

- **M3 – IDENTIFIER SON PROPRE STYLE DE PAROLE**
 - ~ Prendre conscience de son potentiel, de ses atouts de communicant
 - ~ Déceler objectivement ses points faibles d'expression et ses axes d'amélioration