

Syllabus

RENSEIGNEMENTS GÉNÉRAUX

DURÉE

La formation se déroule en 1 journée (6 heures).

(Le contenu et la durée de cette session peuvent être adaptés pour la formation sur mesure en entreprise.)

PUBLIC CIBLE

Tous ceux appelés à prendre la parole dans leur activité professionnelle et qui souhaitent projeter une image de confiance et susciter l'adhésion lors de leurs discours en public.

APPROCHE PÉDAGOGIQUE

Modèle d'apprentissage en classe dirigé par un formateur, au rythme du groupe, avec activités pratiques structurées.

Approche très personnalisée et hautement interactive, les groupes sont limités à 15 participants

CERTIFICATION

Attestation de formation

AGRÉÉ PAR EMPLOI- QUÉBEC

☎ TELEPHONE :
(514) 365-8397

✉ COURRIEL:
info@solutionsandco.com

🌐 SITE INTERNET:
www.solutionsandco.com



Session Intra-entreprise

Série "Efficacité personnelle"

Parler en public

DESCRIPTION

Parler en public est un cours conçu pour les personnes qui souhaitent projeter une image de confiance lors de leurs discours. Les participants à cette formation apprendront étape par étape comment préparer leur exposé et le présenter en public, maîtriser le trac, savoir se faire écouter, savoir parler pour convaincre et soutenir l'intérêt de son auditoire. À la fin de cette formation, le participant devra présenter un exposé de 8 minutes qui sera évalué par l'animateur et les autres participants du groupe.

OBJECTIFS

Permettre au participant de :

- Planifier sa présentation et organiser ses idées;
- Surmonter la peur de parler en public et maîtriser le trac et se sentir plus à l'aise devant un auditoire ;
- D'améliorer ses aptitudes à communiquer et passer efficacement son message ;
- Parler pour convaincre et influencer par la voix et le corps.

CONTENU

L'organisation des idées

- Adapter sa présentation à l'auditoire
- Rédiger un objectif clair
- Rassembler l'information
- Structurer le contenu de l'exposé

La méthode

- Se préparer
- Élaborer un contenu structuré
- Introduire le sujet
- Livrer le cœur de l'exposé

Le langage corporel et la voix

- Travailler le non-verbal : le regard, la gestuelle
- Travailler le para-verbal : La pose de la voix, le rythme, le ton, la respiration ...
- Travailler la présence : La posture et les déplacements.
- Augmenter l'efficacité de votre langage non verbal

Le trac

- Atténuer le trac ou la timidité
- Assurer votre crédibilité
- Développer votre pouvoir de persuasion
- Cultiver votre charisme
- Susciter l'intérêt

Exposés des participants

- Appréciation de l'animateur et du groupe