Le CESAME

Management National Toute division

Réussir son discours

Objectifs

- Etre à l'aise pour prendre la parole et convaincre
- Renforcer durablement ses techniques d'expression orale
- Adopter un comportement personnel lors de son intervention en public
- Gérer son trac et ses émotions
- Trouver son excellence d'orateur

Durée
14 heures2 jours

Nombre de participants
De 5 à 6 participants

En présentiel

Tarif
Contactez votre responsable formation RH pour plus d'informations

Activités
Toute activité

Level
National

Aperçu

Programme

LES FONDAMENTAUX DE LA PRISE DE PAROLE

- Le savoir-être
- Approche théorique : Albert Mehrabian, les 3 registres du langage
- Training du corps : ancrage, respiration et expressivité
- Travail sur la voix
- Maîtriser sa communication non verbale et lire celle de son interlocuteur
- Le visage : outil de communication

VOIX ET MICRO

- Appréhender la technologie de la prise de parole : Micro-main Micro-pupitre
- Les 3 types de prise de parole : Discours préparé Discours à partir d'un texte imposé Improvisation

LA CONSTRUCTION DU MESSAGE

- Préparer et structurer son discours
- Etre clair dans son propos et maîtriser son expression
- Capter son auditoire
- Construire son mémo d'intervention

PREPARER SA PRISE DE PAROLE

- Les différentes catégories de discours : La prise de parole officielle (inauguration, cérémonie "1ère pierre") La prise de parole en convention Le discours promotionnel Oral de concours

OUTILS ET BONNES PRATIQUES

- Reconnaître les lieux au préalable
- Anticiper sa présence dans la salle
- Mettre en oeuvre les outils de maîtrise de soi (respiration, ancrage, sourire, ...)

Méthodes pédagogiques
Mises en situations scéniquesVidéos training

Evaluation
Mises en situation et débriefing individuel

Ressources pédagogiques
Livret stagiaire

Pour qui ?

Public concerné
Directeur d'activité, Directeur d'agence, Directeur régional, DRTO

Prérequis
Avoir une première expérience de prise de parole

Informations pratiques

Campus Le CESAME qui dispensent la formation

- Le CESAME Île-de-France Marolles-en-Hurepoix Télécharger le livret d'accueil
- Le CESAME Sud-Est Télécharger le livret d'accueil
- Le CESAME Centre-Est Télécharger le livret d'accueil
- Le CESAME Île-de-France Nanterre Télécharger le livret d'accueil
- Le CESAME Ouest Télécharger le livret d'accueil
- Le CESAME Rouen (antenne de Boufféré)
- Le CESAME Nord-Est Télécharger le livret d'accueil

Lieu de formation
France entière

Délais d'accès à la formation
Rapprochez-vous de votre responsable formation RH

Modalités d'accès et d'accueil
Référez-vous au livret d'accueil de votre centre CESAME et aux conditions sanitaires en vigueur



Le CESAME est également engagé dans une démarche handi'accueillante. Vos centres de formation CESAME sont engagés dans une démarche handi' accueillante. Nous sommes à votre disposition pour tout besoin d'amélioration de vos conditions d'accès à la formation, qu'elles soient physiques, sensorielles, matérielles ou pédagogiques

SIRET
380 448 944 00211

NDA
11 92 11594 92