

# L'optimisation de la prise de parole en public

## OBJECTIFS

Après cette formation, le stagiaire sera capable :

- d'utiliser des techniques de communication (verbales et non-verbales) qui l'aideront à convaincre son auditoire à chaque prise de parole,
- de réagir face aux situations stressantes sans se laisser déstabiliser,
- de positionner son corps de façon optimale, et de poser sa voix au service de son discours,
- de mobiliser efficacement l'attention de son auditoire et ses interlocuteurs,
- de structurer et prononcer un discours fédérateur,
- de mettre en pratique les mécanismes essentiels de la communication interpersonnelle,
- d'augmenter la force et l'impact de ses interventions orales,
- de maîtriser son stress et son trac.

## CONTENUS

- Les mécanismes de la communication interpersonnelle
- Les composants de la communication non-verbale dans son intervention
- La captation de l'attention en jouant sur les composants de la communication para-verbale
- La structuration du message à transmettre
- La répétition du discours
- Les techniques pour gérer son trac
- Ateliers de mise en pratique

## INFORMATIONS PRATIQUES

### Public visé :

toute personne désirant développer durablement son efficacité, son charisme et sa créativité d'orateur.

### Pré-requis :

- Aucun

### Durée :

- 2 jours

### Prix de la formation :

- Nous contacter

### Contact :

Nina de PAULA  
06.02.35.85.24  
www.adiantis.fr  
info@adiantis.fr