

# Parler en public avec aisance, conviction et impact. Détecter chez tout orateur face au public, d'éventuels messages cachés.

## OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

**Parler en public avec aisance, conviction et impact.  
Détecter chez tout orateur face au public, d'éventuels messages cachés.**

## PROGRAMME

### Parler avec son corps

- La maîtrise du trac:
  - Respiration,
  - Décontraction et
  - Concentration mentale 5 minutes pour établir le contact
  - Le regard,
  - le corps,
  - la gestuelle,
  - les déplacements dans l'espace: équilibre et mouvement
- Comprendre le message corporel (ouverture / fermeture)

### Parler avec sa voix

- L'articulation comme technique de base de toute expression orale
- L'intensité pour se faire entendre La maîtrise du débit, pour se faire comprendre
- Le phrasé pour que la voix ne soit pas monotone.
- Comprendre le message vocal (calme/stress)

### Parler avec les mots

- Le plan, les notes et l'improvisation
- Le cycle idées/parole et le rythme verbal
- Les mots de l'autre, les mots de l'un, les phrases pour tous

### L'interaction avec les récepteurs : questions et réponses

- Comprendre le message verbal (positif / négatif)

### La cohérence nécessaire de ces 3 modes d'expression

- Savoir varier pour mobiliser
- Savoir construire son scénario pour impliquer
- Savoir conclure efficacement

### DURÉE

2 jours soit 14 heures

### PUBLIC CONCERNÉ

Tout public

### PRÉ-REQUIS

Envie et Détermination

### TARIF

2190 € HT par jour (hors frais de déplacement)

### MOYENS D'ORGANISATION ET

#### DELAIS D'ACCES

Mise en pratique  
Jeux de rôle  
Participation active de stagiaires

### METHODES MOBILISEES

Ordinateur - PC- Tablette  
Vidéoprojecteur  
Paperboard  
Supports pédagogiques imprimés et/ou numérisés  
Vidéoprojecteur  
Jeu de cartes

### EVALUATION, SUIVI ET

#### ACCOMPAGNEMENT

Quizz  
Bati-Eval/ Bati-suivi

### INTERVENANT EXPERT

Claude Pras expert CNEFOP