

PRENEZ LA PAROLE EN PUBLIC AVEC CONFIANCE - DIGITAL COACHÉ



AAB017C

6h30 dont 2h de Coaching 990,00 €^{HT}

Objectifs

Maîtriser l'ensemble des éléments liés à vos prises de parole en public, et notamment votre gestion du trac

Profil Stagiaire(s)

Dirigeant, manager ou intervenant pour lequel la réussite d'une prise de parole en public est déterminante, dirigeant ou manager qui doit intervenir en public dans des situations de crise ou de fortes tensions.

Profil animateur(s)

Spécialiste confirmé de la communication orale.

Concepteur des modules

Expert du sujet et du coaching à distance.



MODULES

Préparer son intervention orale

S'exprimer en public est souvent un défi. À moins d'être déjà très à l'aise à l'oral, il est illusoire de penser réussir une intervention si on ne l'a pas préparée.

Séquences

Structurer son intervention orale

Lorsqu'on prépare une intervention orale, on commence par définir l'objectif, identifier le public auquel on s'adresse, rassembler les informations relatives au thème du discours. Vient alors le moment d'organiser ses idées dans un plan cohérent

Le trac, c'est grave docteur ?

Lors de séminaires, réunions ou entretiens, un collaborateur ou un manager est amené à communiquer oralement. Avant « d'entrer en scène », confronté à un public, il est pris par le trac. Cette émotion peut gêner plus ou moins gravement la prestation, jusqu'à la dénaturer.

Le trac, des raisons raisonnables ?

Le trac est une émotion qu'il faut maîtriser et non... une maladie grave ! Les raisons qui engendrent le trac sont de natures très différentes. Les connaître est une étape indispensable pour l'approivoiser : cela permettra d'y répondre efficacement.

Répondre au trac par des moyens physiques

On sait comment le trac se manifeste, quels sont les signaux physiques ou psychiques qu'il envoie, pour quelles raisons, rationnelles ou non, cette émotion nous bouleverse. Il faut maintenant apprendre à apporter des réponses adaptées au trac, notamment aux incidences physiques qui nous pénalisent.

Répondre au trac avec la tête !

Le trac a des causes multiples selon le profil de chacun. Les manifestations physiques causées par le trac peuvent gêner une prise de parole en public. Les réponses physiques au trac sont alors nécessaires mais pas forcément suffisantes. Il faut aussi y répondre avec le mental.

Contactez-nous

Conseiller formation
09 88 66 10 00
inscriptions@demos.fr

PRENEZ LA PAROLE EN PUBLIC AVEC CONFIANCE - DIGITAL COACHÉ



AAB017C

6h30 dont 2h de Coaching 990,00 €^{HT}

Structure

Dès validation de son inscription par DEMOS, l'apprenant reçoit par mail une confirmation d'accès sur le « HUB de formation à distance DEMOS ». Cet accès est personnel et sécurisé par un mot de passe.

Durant la validité de son programme, l'apprenant se forme en réalisant, 100% à distance et à son rythme, ses modules eLearning.

A tout moment, il peut solliciter le service d'Assistance Demos pour toute question d'ordre technique ou fonctionnel (prise en main de la solution).

L'apprenant est coaché par un expert Demos qui, au travers de séances de coaching téléphoniques de 30 mn, l'aide à transposer les acquis de la formation dans son cadre professionnel et personnel.

Ces séances sont planifiées lors de la prise d'inscription et sont confirmées par mail 48h avant.

La synthèse des séances est accessible uniquement via l'accès sécurisé de l'apprenant.

A l'issue de la validité de son programme, l'apprenant reçoit, par mail, un certificat de réalisation conforme à ses réalisations.

A l'issue de son programme, l'apprenant est invité à répondre à un questionnaire de satisfaction.

Méthode pédagogique

En combinant eLearning et coaching personnalisé, ce programme vous permet d'adapter la préparation et l'animation de vos interventions publiques au contexte du thème à traiter dans le cadre de votre entreprise ou organisation.