

Réussir sa prise de parole en public (en présentiel ou distanciel)

best

Programme

JOUR 1

Introduction et positionnement initial

1. Training « confort »

Atelier de prises de parole brèves et acquisition de techniques pour :

- Se sécuriser dès les premiers instants de la prise de parole
- Installer ses appuis naturels : regard, respiration, aisance et interaction physique
- Se libérer de la pression du texte pour se concentrer sur la relation à l'auditoire
- Mettre à l'aise et stimuler l'écoute

2. Élaboration de la storyline

- Apports théoriques storytelling (méthode CARE)
- Analyse critique de supports existants

JOUR 2

3. Pitch challenge

Atelier d'improvisation : adapter tout sujet à plusieurs auditoires spécifiques

4. Entraînement à la présentation avec support visuel

- Méthode Check & Hold
 - Gestion des auditoires réfractaires : utilisation de l'Échelle d'Autorité
- Atelier sur demande : prise de parole face caméra (visio)

Conclusion et évaluation individuelle

DURÉE

2 jours / 14 heures - 9 h 30 - 17 h 30

TARIF

2 190 € HT

INTERVENANTES

Isabelle FAYOLLE, Journaliste - Fayolle Media

Julia TOURNEUR, Journaliste

Stéphanie RAYNAUD, Journaliste, media trainer

Karen DERRIDA, CEO - True Stories

DATES

Consultez les dates sur media-institute.com

DESCRIPTION

Une formation de 2 jours basée sur une approche personnalisée à partir de ses qualités et de ses points forts pour gérer ses émotions en toute circonstance et dédramatiser l'enjeu d'une prise de parole en public.

COMPÉTENCES VISÉES

- Ne pas subir l'enjeu d'un pitch ou d'une prise de parole importante
- Donner envie, inspirer confiance
- Structurer un storytelling impactant et adapté à chaque audience

PRÉREQUIS ET PUBLIC

Toute personne souhaitant acquérir un premier niveau de confort dans des situations de prise de parole à enjeu.

PÉDAGOGIE ET ÉVALUATION DES COMPÉTENCES

Présentation orale et débriefing.

 **sur place ou à distance** 



Photo de BrAt_PiKaChU sur Shutterstock

CH:12 Prise de parole I SK4

Inscription, renseignements, intra ou sur mesure : 06 25 64 17 77 - inscription@mediainstitute.eu