

## STAGE PRISE DE PAROLE EN PUBLIC

### Objectif :

A partir d'une restructuration de son élocution, pouvoir inventer une stratégie performante, spécifique à chaque situation, mettant en évidence un charisme à ses mesures et tourné vers l'empathie ; découvrir le plaisir de séduire ou de convaincre.

Durée : 2 à 4 jours selon besoins exprimés

### Contenu :

#### a) Réglage de l'émetteur

- ✚ Sensibilisation et exercices sur l'articulation et la diction
- ✚ Correction du débit, du volume et de la tonalité... ; Utilisation des silences ; les phrases courtes
- ✚ Mise au point du non verbal : Regard, gestes, positions du corps, mimiques du visage
- ✚ Repérage et élimination des tics (de langage ou physiques)

#### b) Réglage du contenu

- ✚ La conception du contenu (sélection des idées, l'objectif recherché, le contexte...)
- ✚ L'empathie, base de toute intervention ; Les signes de reconnaissance, l'humour, les supports d'appartenance, ingrédients du succès ; La transmission du message

#### c) L'interprétation

- ✚ Le duo metteur en scène/interprète ; La gestion de l'affectif et du subjectif
- ✚ L'osmose permanente avec l'auditoire : Le réglage systématique
- ✚ Le relief : Les effets spéciaux ; Démarrage et finition
- ✚ La transmission du plaisir de discourir
- ✚ L'improvisation ; les parades aux imprévus ; Le discours à table (lors des déjeuners) .