



être concis à l'oral

Le manque de concision enlève de la crédibilité et de la légitimité à ce que vous avancez.

Les émotions sont souvent à l'origine d'une communication confuse manquant de clarté. L'émotion est une source précieuse d'information sur soi et sur les actions nécessaires à entreprendre en terme de technique de présentation.

Ce séminaire a pour intention de reconnaître les facteurs déclencheurs de votre difficulté à être concis et d'avoir des points de repère et des leviers pour vous exprimer de manière précise et constructive.

OBJECTIFS

-  Placer les attentes de son interlocuteur au coeur de sa prestation orale
-  Identifier ses sources de stress pour faire face à sa difficulté à être concis : objectiver sa peur et la transformer en énergie constructive

PROGRAMME

Comprendre les causes vous empêchant d'être concis et y remédier

Le trac : ses causes et ses effets.

La reprise de contact avec soi (ses pensées, ses émotions, son corps)

La respiration : la technique de la respiration diaphragmatique et sa mise en pratique pour une concentration mentale et une décontraction physique.

L'aspect verbal : les outils vous permettant de dire les choses dans leur totalité et "faire passer" votre message

Préparation de l'intervention : s'informer sur le contexte, identifier les attentes de son interlocuteur, adapté son vocabulaire au public, recueillir toutes les informations nécessaires.

Déterminer l'objectif principal et identifier les messages essentiels :

s'agit il de convaincre ou d'informer ?

Hiérarchiser l'argumentation de l'intervention.

Ecouter pour favoriser la confiance

DUREE

1 jour

PUBLIC

Personne souhaitant améliorer sa concision lors de sa prise de parole

Pré REQUIS

Aucun

EVALUATION

Auto-évaluation de positionnement par entretien ou questionnaire.
Auto-évaluation des acquis de la formation par questionnaire amenant à une réflexion sur un plan d'actions.

PEDAGOGIE

Exercices pratiques individuels ou collectifs, échanges entre professionnels.

Jeux dans une dynamique d'épanouissement, de plaisir et de sérieux professionnel.

INTERVENANTS

Selon le thème de la formation, CQFD sélectionne un pédagogue possédant une expérience significative, une maîtrise opérationnelle et un profil particulier : sophrologue, psychologue, neuropsychologue, ergonomiste, ergothérapeute, senior manager, chef de cuisine, gouvernante, journaliste, animateur, ex-policier, etc...

TARIFS

Inter-entreprises à Paris
Intra-muros en France entière
cliquez ici pour consulter sur notre site internet le calendrier et les tarifs

Vidéo de présentation

