EO01 Améliorer sa prise de parole en toutes circonstances (niveau 1)

Agrément du Ministère de l'Intérieur à la formation des Elus Locaux

« Il n'y a pas de gens doués et d'autres qui ne le sont pas. Il y a ceux qui s'entraînent et ceux qui ne s'entraînent pas » - Yves FURET -

Il est nécessaire de bien préparer une intervention, mais ce n'est pas suffisant. Il faut absolument savoir SE préparer ! L'application des Techniques d'Expression Orale vous rendra beaucoup plus performant et efficace en présentation. Cela nécessite un entraînement spécifique, physique et physiologique qui vous permettra de développer pleinement vos capacités intellectuelles et relationnelles quand vous prendrez la parole. Vous saurez capter l'attention et garder votre auditoire attentif.

Celui qui a des idées, mais qui ne sait pas les exprimer, n'est pas plus avancé que celui qui n'en a pas.

OBJECTIFS

- Acquérir et expérimenter les techniques d'expression orale, afin de mieux servir sa pensée et mieux la communiquer
- L'acte de parole est un engagement total, aussi bien de la voix que de la pensée et du corps, cela mérite un entraînement
- Apprendre à se libérer des tensions physiques et inhibitions psychologiques qui peuvent paralyser quand on prend la parole : **Maîtriser son trac**
- Recevoir les bons conseils et les recommandations personnalisées pour **continuer à progresser après la formation** : identifier ses axes de progression

PARTICIPANTS CONCERNÉS

- Managers, Ingénieurs, Formateurs, Responsables d'équipe…
- Elus locaux, toutes personnes ayant à prendre la parole face à un groupe ou en réunion.

PROGRAMME

- **Les 9 clés de l'Expression Orale**
  - Respiration abdominale
  - Relaxation
  - Pose de voix
  - Volume sonore
  - Diction
  - Contact
  - Rythme
  - Présence
  - Expression corporelle
- **L'Opération Portrait**
  - Diagnostic personnalisé
- **Les techniques d'Expression Orale**
  - Lire un texte de façon vivante
- **L'Improvisation**
  - Développer son aptitude à réfléchir face à un auditoire
- **L'Intentionnalité**
  - Par le regard savoir conserver l'attention de son auditoire - Entraînement à la **Visioconférence**
- **La Conférence avec Supports Visuels**
  - Power Point, Paperboard, utilisation du Microphone.

Option Coaching

- Sur quatre demi-journées à Paris pour 3 300 € HT.
  Programme : nous consulter

Suite possible

- EO02 : Communiquer en situation de conflits ou de contreverse

Méthodes pédagogiques

- Théorie
- Exercices pratiques filmés (prises de parole libres, improvisation, lecture, entraînement à la visioconférence, exposés préparés, conférence, etc.)
- Mise en évidence des potentialités, faiblesses et axes de travail de chacun.

Responsables pédagogiques

M. Patrick GOUJON
Consultant en communication
Expert en expression orale,
Directeur de « FG COMMUNICATION »
Il est accompagné d'un assistant pédagogique également opérateur vidéo

Dates

- **Du 18 au 20 mai 2011**
- **Du 17 au 19 octobre 2011**

(3 jours : 21 heures)

Lieu

- Paris

Conditions de participation

- Réf. EO01 : 1 950 € HT
  (Restauration offerte)

Information & inscription

- Rania OUARET
- Tél. : + 33 (0)1 41 13 16 14
- E-mail : info@cf.ecp.fr

Développer un programme "sur-mesure", nous consulter

CENTRALE PARIS

Ecole Centrale Paris Executive Education