

# S'EXPRIMER EN PUBLIC

**Durée** : 3 jours

**Prix inter-entreprise** : 1460€ par participant

**Prix intra-entreprise** : nous consulter

**Public** : Toute personne devant prendre la parole en public

## Objectifs pédagogiques

- Comment dire ce que l'on veut dire
- Comment le formuler
- Optimiser la relation entre l'orateur et son auditoire
- La gestion du stress

## Méthodes pédagogiques

- Méthode active s'appuyant sur l'expérience et les pratiques des participants.
- Exercices et bilan individuel, livret de formation.
- Ateliers pratiques encadrés par un acteur
- Jeux de rôle.

## Programme détaillé

- **Préparer et organiser sa prise de parole**
  - Les idées fortes à communiquer
  - Le plan de l'exposé
  - La mise au point finale des différentes parties de l'intervention
- **Choisir des arguments et des mots pour convaincre**
  - Les mots pour le dire
  - Les supports adaptés
  - La construction de l'argumentaire
- **Gérer les réactions de son auditoire**
  - Lors des différentes phases de l'intervention
  - Susciter le débat après l'exposé
  - Répondre avec pertinence.
- **Capter l'attention de son auditoire et améliorer son expression orale**
  - La voix
  - Le regard
  - La respiration
  - Les gestes et attitudes
- **Utiliser son trac**
  - Reconnaître les différentes manifestations du trac
  - Apprivoiser son trac

The logo for Sui Generis features the word "Sui" in a stylized orange font above the word "Generis" in a black, sans-serif font. The entire logo is contained within a white rectangular box with a thin black border, which is tilted slightly to the right.