

Perfectionnement

Toujours mieux
s'exprimer...

c'est l'assurance
de transmettre
le bon message !

La formation des élus
par et pour les élus

adm54
association des maires
de meurthe-et-moselle

mission formation

DEVELOPPEMENT PERSONNEL

Comment s'exprimer devant un public et gérer les situations critiques ?

**Spécialisation /
approfondissement des acquis**

Présentation de la formation

Cette formation s'adresse aux personnes qui ont déjà suivi le module intitulé "comment s'exprimer devant un public et gérer les situations critiques ?" (initiation) et qui souhaitent gagner encore en éloquence et en confiance.

Les techniques de communication orales ne sont pas innées et vous êtes conscient qu'une meilleure maîtrise de ces dernières vous permettra de gagner en efficacité et en mieux-être. C'est la raison pour laquelle, cette formation pratique se déroulera, pour une mise en situation idéale, dans un théâtre.

*Développer votre confiance en vous
et perfectionner votre expression orale.*

Organisation

Intervenant : M. Marc GUEPRATTE,
comédien

Durée : 1 journée

Horaires : de 9 h à 17 h

Effectif : de 6 à 8 personnes

Repas : sur place

Lieu : au Théâtre de la Source au 1, rue
Lamartine à Tomblaine (54510)

Objectifs

Développer sa confiance en soi pour
pouvoir intervenir devant n'importe
quel public

Maîtriser les outils d'une
communication efficace

Savoir gérer les situations de stress
ou de conflit

Pré-requis

Avoir suivi le module "Comment
s'exprimer devant un public et
gérer les situations critiques ?"
(initiation)

Date et Tarif

27 juin 2012 (de 9 h à 17 h)

Date et Tarif

180 € TTC (par personne,
repas inclus)

Informations complémentaires

du lundi au vendredi de 9 h à 12 h et de 14 h à 17 h sauf le mardi matin

03 83 28 96 99

www.adm54.asso.fr

service-formation@adm54.asso.fr



**La formation des élus
par et pour les élus**



Programme

1 Développer ses ressources personnelles pour mieux communiquer :

- évaluer ses capacités de prise de parole en public : attitudes, enthousiasme, maîtrise de soi...
- Savoir gérer son stress.

2 Comment structurer une prise de parole ?

- l'entrée en matière,
- l'accroche, le développement et la conclusion.

3 La relation corps/voix

- Maîtrise de la voix : rythme, débit, intonation, articulation, respiration et intensité.
- Maîtrise du geste, de la posture et du regard (langage non verbal).
- La coordination entre la voix, le regard et la gestuelle.
- Comment capter et maintenir l'attention ?

4 La gestion des conflits

- Comment réagir face à des questions déplacées ou agressives ?
- Quelle attitude adopter face à quelqu'un qui monopolise la parole ou qui ne la prend pas ?

5 Apprivoiser l'espace, le micro et le pupitre.

LES PLUS

Méthode pédagogique active laissant une large place aux exercices pratiques (individuels et collectifs) dans une véritable salle de théâtre.

Mise en évidence des potentialités, faiblesses et axes de travail. Conseils personnalisés.

Je participe. Pour cela, je remplis le bulletin d'inscription*

* Dans le cas où le bulletin d'inscription n'est pas joint à cette fiche de présentation, vous pouvez le télécharger depuis la rubrique "mission formation" de notre site internet dont l'adresse se trouve ci-dessous.