

CONTACT

04 99 43 00 60

formation.cdvolutif@gmail.com

www.cdformation.com

* OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Augmenter l'impact et la force de ses interventions orales
- Préparer et réussir à mobiliser l'attention de son auditoire
- Maîtriser les paramètres non-verbaux de la communication, son corps, sa voix

* STAGES Inter-Entreprises

Budget :

Durée :

Variable selon le niveau initial

* Dates et Lieux

Centre d'Agde

A définir

Centre de Béziers

A définir

Entrée / Sortie permanente

* Modalités

En présentiel/individuel

En présentiel/collectif

En distanciel /synchrone

En distanciel/asynchrone

* PROGRAMME

I/ Mettre en œuvre les principes fondamentaux de la communication

- Schéma de la communication
- Notion fondamentale de la communication
- Facteurs d'une bonne communication avec autrui
- Les dix principes de base

II/ Impact de La communication non-verbale

- La posture et les déplacements
- Les gestes parasites
- Le visage et ses mimiques
- Les accès oculaires

III/ Connaître les composantes de la communication para-verbale

- Respirer avec le ventre
- Parler distinctement
- Articuler, rythmer son discours
- Intégrer des silences

IV/ Structuration du message à communiquer

- Définir le but
- Rester centré sur son objectif
- Structurer le contenu
- Le bon usage de la répétition
- Connaître les attentes de son auditoire
- Préparer la conclusion

V/ Répéter et visualiser son discours

- Faciliter la résolution de problème grâce au méta modèle

VI/Techniques pour gérer son stress

- Exercices de détente...
- Exercice de respiration...
- Les leviers face au stress relationnel

PUBLIC

Dirigeant, ou toute personne amenée à prendre la parole en public ou passer un examen

NIVEAU REQUIS

Aucun

METHODE PEDAGOGIQUE

Pédagogie active et participative
Alternance d'apports théoriques et pratiques

CD Formation

166 rue Maurice Bégart - Parc Club de la Devèze - 34500 Béziers - 09.52.47.61.56

3 Impasse de Cordoue - Puits de So - 34300 Agde - 04.99.43.00.60

Déclaration d'activité sous le n° 91 34 07452 34 | Siret n° 521 087 312 00026