



L'Offre OCAPAT 2020 est destinée à toutes les entreprises adhérentes d'OCAPAT

PRISE DE PAROLE EN PUBLIC

PUBLIC

Tous public

OBJECTIF DE LA FORMATION

Connaître et appliquer les techniques de communication.

Surmonter ses émotions et acquérir une parfaite maîtrise de soi.

Faire le point sur ses points forts et ses axes d'amélioration.

PRE-REQUIS

Aucun

CONTENU ET DEROULEMENT

Les principes de base de la communication

Le concept de la communication, la communication verbale et non-verbale, la distorsion, la reformulation, le questionnement.

Maîtriser ses émotions et acquérir une parfaite maîtrise de soi

Les causes du trac. Ses conséquences psychiques et psychologiques.

Comment gérer son stress ?

Utiliser les techniques de préparation mentale (respiration, voix, regard...).

Structurer ses interventions

Identifier les caractéristiques et les attentes de son auditoire. Utiliser efficacement ses supports (rétroprojecteur, paperboard, vidéo...). Comment gérer son temps et l'espace ?

S'entraîner: mise en situation

Utiliser le feed-back des participants pour progresser.

Etablir un dialogue.

Gérer les objections et développer son sens de la répartie.

Cette formation reposant sur un mix de « connaissances acquises - problématiques rencontrées - apprentissage et entraînement pratique », permettra à chaque participant de mieux gérer l'appropriation ou le développement de sa prise de parole en public.

METHODE PEDAGOGIQUE

Apport du formateur

Exploitation des situations réelles vécues par les participants : échanges, debriefings

Mises en situations – Exemple : "Mise en formulation d'un avis personnel au groupe "

Exercices pratiques – Exemple : « Gestion des cas difficiles »

Autodiagnostic

Plan d'action individuel

Nombre de participants :

Minimum 6

Maximum 12

CALENDRIER

Ville (code postal)	Date de début	Date de fin
ST QUENTIN (02100)	06/10/2020	06/10/2020
ARRAS (62000)	06/10/2020	06/10/2020
MAUBEUGE (59600)	08/10/2020	08/10/2020
ALENCON (61000)	12/10/2020	12/10/2020
COMPIEGNE (60200)	13/10/2020	13/10/2020
ABBEVILLE (80100)	03/11/2020	03/11/2020
LILLE (59800)	05/11/2020	05/11/2020
LENS (62300)	05/11/2020	05/11/2020
ALENCON (61000)	10/11/2020	10/11/2020
DUNKERQUE (59240)	01/12/2020	01/12/2020
BEAUVAIS (60000)	01/12/2020	01/12/2020
CALAIS (62100)	03/12/2020	03/12/2020
AMIENS (80000)	08/12/2020	08/12/2020
LAON (02000)	10/12/2020	10/12/2020

ORGANISME DE FORMATION

FRAISSINET ET ASSOCIES

CONTACT

RAMIREZ Eric

marseille@fraissinetetassocies.fr

TYPE OPTIONNEL

Intra-Entreprises



L'OPCO de la Coopération agricole, l'Agriculture, la Pêche, l'Industrie Agroalimentaire et les
Territoires