

## L'ART DE COMMUNIQUER A L'ORAL

FORMA-oo6

*Comment se préparer à un exposé à l'oral devant un jury ? Comment présenter son dernier rapport devant ses collègues de travail et sa direction ? Comment ne pas endormir son auditoire et savoir manier l'art de la présentation orale en utilisant les outils informatiques adéquat ? Comment ne pas se laisser envahir par ses émotions et le trac ?*

Autant de questions auxquelles nous tentons de répondre ici en vous transmettant de manière interactive et ludique des outils que vous pourrez mettre en place dès votre prochaine présentation en public.

### PROGRAMME DE FORMATION

#### I. La communication interpersonnelle

- Principes de base et schémas de communication
- Les différentes formes de communication (verbale, non-verbale, l'écoute active)
- Exercice pratique (présentation ou exercice sur la distorsion du message : la rumeur)

#### II. Du passage de l'écrit à l'oral

- Adapter le message en fonction des objectifs
- Exercice pratique : je synthétise mes écrits

#### III. Emotions et « trac » : une préparation mentale et physique

- Comprendre les émotions pour mieux les gérer
- Exercices pratiques (travail sur la respiration, la concentration, etc.)

#### IV. Techniques de présentation

- Structurer sa présentation
- Les points clés d'une présentation efficace sur support vidéo
- Comment ne pas endormir son auditoire

#### V. A vous de jouer !

- Mise en situation, travail en groupe

### OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- ❖ Connaître les principes de base de la communication
- ❖ Savoir adapter sa présentation en fonction du public
- ❖ Apprendre à gérer ses émotions
- ❖ Susciter l'intérêt et la participation de son auditoire
- ❖ Connaître les techniques de présentation
- ❖ S'exercer sur la prise de parole

### MÉTHODE PÉDAGOGIQUE UTILISÉE

- ❖ Support pédagogique écrit
- ❖ Support vidéo
- Entraînement individuel et collectif
- ❖ Evaluation de la formation

**DURÉE** : 3 jours soit 21 heures

**PUBLIC** : Tout public

**PREREQUIS** : Aucun

**LIEU** : Intra ou inter-entreprises