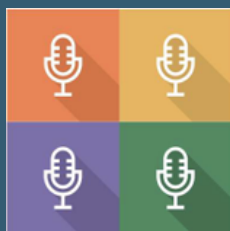


ACCOMPAGNER LA PRISE DE PAROLE EN PUBLIC

SPEAK'IN COLORS



OBJECTIFS

- Découvrir sa couleur authentique de prise de parole
- Maîtriser les 5 clefs de l'oralité et le langage non verbal
- Comprendre l'image que l'on renvoie aux autres
- Développer des techniques de préparation
- Construire un brief de conviction, un discours d'information, un discours occasionnel

INFOS PRATIQUES

- **DURÉE**: 2 JOURS
- **NB DE PARTICIPANTS**: JUSQU'À 8
- **PUBLIC**: TOUTE PERS. AMENÉE À PRENDRE LA PAROLE EN PUBLIC
- **MOYENS PÉDAGOGIQUES**:
TECHNIQUES D'ANIMATION EN PÉDAGOGIE ACTIVE, EXERCICES LUDIQUES DÉCADRÉES ET SITUATIONS CHOISIES DANS LE RÉEL DU TRAVAIL, USAGE DE LA VIDÉO ACCOMPAGNÉ PAR UN STORYTELLING LUDIQUE.
- **FORMAT**: EN PRÉSENTIEL

ITINÉRAIRE PÉDAGOGIQUE

- Stress, peur, trac : comprendre son propre système de défense
- S'approprier Les essentiels de l'oralité
- Découvrir sa couleur authentique d'orateur, ce qui est visible pour les autres sans effort
- Prendre la parole dans toutes les situations
- Acquérir des techniques de préparation
- Travailler sa préparation mentale

BENEFICES

- Comprendre que le trac ressenti ne se voit pas.
- Passer d'une posture de jugement à une posture d'observation.
- Dissocier les peurs légitimes et les peurs illégitimes.
- Mesurer concrètement les progrès

CONTACT:

MARIE DEBRUYNE

COACH-CONSULTANTE, FORMATRICE,
FACILITATRICE

EMAIL: MARIE.DEBRUYNE@ICO-CONSULTING.FR

TEL: 06.24.02.60.02