

## Objectifs

- Se situer dans les différentes composantes de la communication orale
- Développer sa présence vocale et physique
- Rendre son propos dynamique et convaincant
- Faire face à ses émotions et surmonter les phénomènes de trac
- S'entraîner à la parole prévue et préparée puis non prévue

## Contenu

Explorer et expérimenter les Cinq Dimensions® de la communication orale :

### La dimension intellectuelle

- Mettre en oeuvre une structuration dynamique du propos
- Préciser et organiser ses idées en cohérence avec ses objectifs

### La dimension relationnelle

- Interagir avec son auditoire (regard, écoute active)

### La dimension corporelle

- Affirmer sa posture, sa gestuelle et ses mouvements

### La dimension vocale

- Affiner son élocution et gagner en force d'expression
- Utiliser des pauses respiratoires pour ponctuer

### La dimension émotionnelle

- Valoriser l'énergie du stress pour la mettre au profit de l'action

## Méthodes pédagogiques

Mises en situation, jeux de rôle privilégiant la communication face à un groupe.  
Diagnostic des points de force et des axes d'amélioration de chacun.  
Recommandations personnalisées du formateur. Utilisation de techniques issues de la formation des acteurs pour gagner en aisance et fortifier son mental.

Durée : 3 jours

Dates : 11-12-13 Mai 2020

Tarifs : 2050 €

Contact : Claudia : 01 47 48 18 18

Inscription : <https://goo.gl/7K6NbS>