

## PRIX DE PAROLE EN PUBLIC



### Objectifs

- Intéresser et captiver son auditoire par une présentation claire et efficace de ses idées et de ses projets
- Utiliser les techniques efficaces de présentation
- Surmonter son trac



### Public

Tout public.  
Toute personne prenant régulièrement la parole en public



### Prérequis

Aucun prérequis nécessaire



### Formateur

Intervenant ISTA en management.  
Domaines d'expertise :  
- Le management et son équipe  
- L'entretien annuel d'appréciation  
- La formation de formateur occasionnel et permanent.  
Titulaire d'un DEA en psychologie social.  
Maîtrise de l'AT - PNL. Certifié SOSIE  
- MBTI



### Les plus

Formation interactive et pragmatique  
Utilisation de la vidéo



### Durée et lieu

1 jour (7 heures)  
ISTA Mulhouse  
Intra (en entreprise)



### Coût

500 Euros HT par participant  
Intra (nous consulter)



### Contact

Thierry BIMBOES  
thierry.bimboes@ista-bs.fr



### Programme

#### 1. Découvrir les principales difficultés en expression orale

- Le triangle de la problématique

#### 2. Les difficultés techniques

- Voix et intonation
- Mobilité
- Regard
- Geste
- Attitudes

#### 3. Les difficultés internes

- Contenu
- La dialectique
- L'entraînement mental
- La cascade des OUI

#### 4. Les difficultés psychologiques

- Le trac
- Le stress
- Enjeux / Imaginaire
- La perception des autres

#### 5. La gestion des situations difficiles

- La gestion et le traitement des questions
- Les méthodes D.E.S.C. et P.R.E.S.C.

#### Mises en situations vidéo

**Modalité d'évaluation :** Mise en situation