

Objectifs

Comprendre l'impact d'une bonne expression orale sur son environnement professionnel
Améliorer l'expression et la structuration de ses idées pour les mettre en valeur en toute circonstance




Durée : 2 jours 14 heures

Public :









Toute personne souhaitant acquérir de l'aisance dans l'expression orale

Bien s'exprimer à l'oral








COMPRENDRE LES SPECIFICITES DE L'EXPRESSION ORALE

-  Prendre conscience de ses points forts et de ses points faibles
-  Etre intelligible, persuasif et cohérent
-  Eviter les écueils d'une mauvaise communication.





DEVELOPPER LA CONFIANCE EN SOI

-  Dépasser la crainte d'être jugé
-  Identifier les attentes de ses interlocuteurs
-  Eviter de se taire par crainte
-  S'exprimer sans se défendre ni attaquer
-  S'affirmer en s'exprimant
-  Oser dire ce que l'on ressent, ce que l'on pense
-  Savoir répondre
-  Prendre la parole, la garder et la rendre

TRAVAILLER SA VOIX

-  Parler sur le souffle
-  Régler le volume de sa voix
-  Placer sa voix
-  Réguler son débit de parole
-  Améliorer son élocution
-  Varier le ton
-  Assurer la fluidité et la continuité du propos

ORGANISER SES IDEES EN VUE DE LES EXPRIMER ORALEMENT

-  Structurer sa pensée- verbaliser intérieurement
-  Savoir intéresser
-  Différencier information, explication, argumentation
-  Préparer un support écrit ou visuel

PARLER POUR COMMUNIQUER

Savoir écouter pour être écouté, parler en tenant compte des interlocuteurs