

Programme Formation Communication Confiance en SOI »

Jour 1 – 9H 30 – 17H30

- **ETRE UN BON ORATEUR**
  - Les caractéristiques d'un bon orateur
  - Le charisme
  - Communiquer
- **PREPARATION MENTALE ET PHYSIQUE**
  - Développer la confiance en soi
  - La gestion du stress
  - La voix
  - La respiration
  - L'aisance corporelle
  - Mise en situation
- **LANGAGE VERBAL ET NON VERBAL**
  - L'expression
  - Le silence
  - Le regard
  - La gestuelle
  - Mise en situation

Jour 2 – 9H30 – 17H30

- **REPONDRE AUX QUESTIONS ET AUX OBJECTIONS**
  - L'écoute
  - L'argumentation
  - Le traitement des objections
  - Mise en situation
- **L'ECOUTE**
  - Décoder le vrai message de son interlocuteur
  - Pratiquer l'art du questionnement et de la reformulation
  - Trouver l'attitude, le ton et les mots qui facilitent les échanges
  - Mise en situation
- **S'AFFIRMER DANS SES INTERVENTIONS**
  - Asseoir sa présence
  - Canaliser et maîtriser les échanges
  - Mise en situation

**Prérequis** : aucun prérequis.

**Objectifs** : Se perfectionner dans les techniques de prise de parole en public pour gérer son stress, être à l'aise face un public. Informer, convaincre, faire agir.  
Renforcer sa capacité de communication pour une meilleure estime et confiance en soi.

**Compétences** : capacité de mettre en œuvre les techniques de communication verbale et non verbale pour le développement professionnel et/ou personnel.

**Durée** : 14 h (2 jours ou 4 demi-journées)

**Délai d'accès** : de 6 mois à 2 jours avant le début de la session de formation prévue en ligne ou en présentiel.

**Tarifs** : **Professionnel** : 650.00 € NET/ personne. **Particulier auto financement** : 350.00 € NET/ personne. Facilités de paiement. Possibilité de prise en charge (montage du dossier par mes soins : me contacter) CENTRE DE FORMATION CERTIFIÉE QUALIOPI  
Acompte de 30% à la réservation.

**Méthodes mobilisées** : 1 support pédagogique. Enregistrement vidéo mises en pratique. Paper board, écran 50 pouces, équipement visio conférence auto tracking, salle de 35 m2.

**Modalités d'évaluation** : auto diagnostic individuel pré et post stage, jeux de rôles.

**Accessibilité** : formation accessible aux personnes en situation d'handicap. Me contacter pour l'adaptation de la prestation.

**Numéro d'agrément** : 93131151213

**Lieu de la formation** : en ligne ou en présentiel (Europe ou Ile Maurice)

**Dates de la formation** : pour le calendrier cliquez [ICI](#)

**Public concerné** : tout public.

**Nombre de participants maximum par formation** : 10 pers.

**Moyen d'encadrement** : Attestation de stage Communication.

*MISE A JOUR LE 05/06/22*