

Prise de parole en Public

Tout savoir sur la prise de parole

Prendre la parole en public est l'une des compétences les plus importantes pour les leaders, les formateurs, les enseignants et toute personne en contact avec un auditoire.

Cette formation adopte une approche interactive et pratique, combinant travail individuel et dynamique de groupe, afin d'aider les participants à surmonter leurs blocages émotionnels et à développer une présence confiante et naturelle devant le public.

Chaque participant sera amené à monter sur scène à plusieurs reprises pour présenter un sujet expérimental, renforçant ainsi ses compétences en communication, expression orale, gestion de la voix et langage corporel.

Objectifs de la formation

- Adopter un comportement positif et performant dans la communication orale.
- Développer la confiance en soi et l'estime personnelle.
- Acquérir une présence charismatique et une voix expressive. Se libérer de la peur, du stress et du trac scénique.
- Stimuler la créativité, l'expression et l'aisance devant le public.

Comment se déroule le programme ?

Toutes nos formations sont proposées sous forme d'ateliers pratiques : mises en situation réelles, jeux de rôle et psychodrame, dans un cadre bienveillant, sécurisant et respectueux du rythme de chacun permettant aux participants d'explorer leurs ressources, de développer des compétences concrètes, directement applicables dans leur vie personnelle et professionnelle.

Contenu du programme

- Techniques de communication efficace entre l'orateur et le public.
- Maîtrise du regard et gestion de la communication visuelle dans la salle.
- Utilisation optimale de l'espace de la scène de présentation.
- Jeu théâtral et storytelling dans la prise de parole.
- Comment activer les états internes de confiance, de puissance et de réussite avant de parler.
- Méthodes pour vaincre la peur de parler en public et gérer le stress émotionnel.

- Langage corporel, contrôle du ton de la voix et art des pauses expressives.
- Développement de la dimension émotionnelle pendant la présentation pour un message plus impactant.
- Nettoyage énergétique (chakras et aura) pour restaurer l'équilibre intérieur avant la scène.

À qui s'adresse ce programme ?

- Enseignants, professeurs, formateurs et étudiants, Doctorant
- Dirigeants, chefs d'entreprise, indépendants, imams et orateurs.
- Toute personne souhaitant améliorer sa prise de parole, sa présence et son impact devant un public.

Ce programme vous intéresse ?

Emplacement : Vous sera communiqué à l'inscription

Prochaines dates : Pour être informé des autres dates : faites votre pré-Inscription en remplissant le [formulaire de préinscription](#)

Durée : 3 jours

Prix : 350 DT (réservation et paiement anticipé 2 semaines avant la formation donnent droit à 20% de réduction)

Pour en savoir plus : contactez-nous

Tél : 21 938 000

Site : www.coachahmedhakim.com