



S'exprimer de manière convaincante en développant son aisance à l'oral

Après avoir identifié les freins à une prise de parole dans des circonstances variées (entretiens, réunions, exposés, soutenance, transmissions de consignes...), développer les attitudes facilitantes et les compétences nécessaires à la mise en œuvre d'une parole suscitant l'intérêt et la compréhension de son/ses interlocuteurs.

Objectifs

- Accroître ses aptitudes et sa confiance en soi dans des situations de prise de parole en public en prenant conscience des facteurs perturbateurs et de leurs effets
- Mettre en place les composantes verbales, non verbales et para verbales optimales en vue d'établir un lien avec ses interlocuteurs et de produire une prise de parole porteuse de sens et d'intérêt

Compétences visées

- Connaître et acquérir les comportements et attitudes qui favorisent l'aisance : la prise de contact, la posture, la respiration, le regard, la gestuelle, la voix, les croyances, la bienveillance, l'ici et maintenant, le discours intérieur
- Savoir comment préparer sa prise de parole pour être clair et intéressant :
- Se mettre en projet : définir son objectif, se préparer mentalement et matériellement
- Structurer l'information (accroche, message clé, plan, mots-clés)
- Animer le discours, argumenter, convaincre
- Traiter le questionnement oral
- Introduire et conclure son intervention
- Varier les formes de son intervention pour la rendre attrayante et vivante pour tous : supports et canaux de communication adaptés aux différents registres sensoriels

Conditions et prérequis

- Implication et ouverture d'esprit
- Bonne connaissance de la langue française
- Respect du cadre éthique et des règles de fonctionnement du groupe (confidentialité/bienveillance/respect de chacun...)
- Assiduité aux 4 jours de formation

Dates

1 session au choix :

Session 1	Session 2
<ul style="list-style-type: none">• jeudi 25 et vendredi 26 mai• jeudi 1^{er} et vendredi 2 juin	<ul style="list-style-type: none">• jeudi 8 et vendredi 9 juin• jeudi 22 et vendredi 23 juin

Informations et demande d'inscription

alexandra.bernard@univ-lille.fr