

Programme

Comment prendre la parole

Découvrir ses défauts de communication
Prendre la mesure du «non-verbal» dans toute prise de parole
Retrouver le naturel.
Savoir placer son regard.
Maîtriser sa gestuelle,
Placer sa voix, articuler, maîtriser son débit.
Corriger ses tics de langage.
Gérer son stress, techniques de respiration et autres astuces pour canaliser le trac.

Objectif :

L'apprentissage...
Approcher les différentes techniques de la communication et de l'oralité.
Prendre conscience pour avoir confiance.