

Cette formation permet de développer la capacité de s'exprimer devant un groupe. Très utile au quotidien pour motiver ses équipes et communiquer plus facilement.

### Objectifs de la formation

Cette formation transmet l'essentiel de l'expérience de Lise Bourbeau, animatrice et conférencière internationale depuis 35 ans. Cette formation est pensée pour toutes les personnes qui exercent une profession qui exige des habilités à écouter et à communiquer efficacement. Mais aussi, elle a été pensée pour répondre simplement aux exigences professionnelles qui demandent de plus en plus aux salariés et aux managers de développer leur capacité de s'exprimer devant un groupe.

- Être capable de structurer, préparer et d'animer un exposé, une animation, une conférence.
- Dépasser la peur de parler en public

### Pré-requis de la formation

Cette formation ne nécessite **pas de prérequis**.

Mais une volonté de s'impliquer personnellement et émotionnellement dans cette formation pour en tirer les meilleurs bénéfices est recommandée.

### Pour quel public ?

Toute personne qui a besoin d'utiliser l'oral pour développer ses activités professionnelles.

### Les plus de cette formation

- Structurer et préparer un exposé de 15 minutes ainsi qu'une animation de 30 minutes.
- Vérifier sa capacité d'identifier et de répondre adéquatement aux différentes interventions des participants.
- Pratiquer l'écoute active.
- Évaluer son degré d'intégration des principaux thèmes de l'enseignement d'Écoute Ton Corps.
- Apprendre à donner et à recevoir des critiques constructives.
- S'auto-évaluer en visionnant les vidéos de son animation et de son exposé.
- Pratiquer des exercices de diction

### Programme détaillé de la formation

- Savoir garder l'attention d'un groupe et la maintenir.
- Apprivoiser la peur de parler en public et savoir comment la dépasser.
- Développer une technique d'animation basée sur l'écoute.
- Apprendre à structurer une conférence, une animation, un atelier et planifier les détails d'une bonne logistique.