



RÉUSSIR SA PRISE DE PAROLE

A partir de 750€ nets de taxes.

100% classe virtuelle
Mix Learning
100% présentiel

Public visé : Tout salarié souhaitant s'exprimer avec clarté et aisance lors de ses interventions en public.

Prérequis : Aucun prérequis n'est exigé pour suivre ce module de formation

Accessibilité aux personnes handicapées
Contactez-nous pour une étude de vos besoins.

Prochaines sessions

AULNOY-LEZ-VALENCIENNES

SESSION 1 : 21 et 22 novembre

ROUBAIX

SESSION 1 : 23 et 24 septembre

LENS

SESSION 1 : 19 & 20 septembre 2024

98%

DE TAUX DE
SATISFACTION

60

ANNÉES D'EXISTENCE
ET D'EXPÉRIENCE

450

FORMATIONS
DISPONIBLES

Objectifs

- Maîtriser les techniques de communication
- S'exprimer avec aisance, clarté et rigueur face à un auditoire
- Capter l'intérêt en donnant une image de compétence et de professionnalisme
- Inciter les participants à réagir

Les + de la formation

- Formation pratique s'appuyant sur les situations vécues par les participants
- Pistes opérationnelles pour maîtriser son trac, son élocution et réussir sa prise de parole en public





RÉUSSIR SA PRISE DE PAROLE

Contenu de la formation

1. Analyser ses capacités personnelles

A partir d'une mise en situation de réunion et d'entretien, les participants relèvent leurs points forts et leurs points d'amélioration

2. Se préparer efficacement pour maîtriser son trac en public

- Déterminer son objectif principal et identifier les messages essentiels
- Hiérarchiser l'argumentation de son intervention
- Les techniques de la respiration et leur mise en pratique en toutes situations

3. Maîtriser son éloquence

- La maîtrise du souffle, des tensions physiques, des émotions, et des énergies
- Préparation musculaire et articulation
- La respiration abdominale, le placement du son et volume de la voix, maîtrise de ses émotions par le contrôle du souffle et du module de voix
- La clarté de la voix quelle que soit la pression extérieure
- Contrôle du rythme et débit de parole
- L'impact des mots, des phrases et les effets induits
- Placement et résonances de mots
- Effacement des tics de langage et parasites verbaux
- Choix et maîtrise du phrasé : impact public
- La concordance du langage verbal et du langage non verbal : attitude adéquate aux mots utilisés
- Construction de discours basés sur les mots efficaces, les appuis, la répétition, les mots forts





RÉUSSIR SA PRISE DE PAROLE

Contenu de la formation

4. Le développement de mon expertise

Cette dernière partie ne sera consacrée qu'à des mises en situations de prise de parole en réunion et en entretien. Chaque mise en situation sera débriefée et nous permettra de travailler les points suivant :

- Créer un climat de confiance : Regarder, prendre contact, se rapprocher par le regard.
- Savoir s'adapter en souplesse au contexte et à l'environnement
- Susciter l'intérêt et s'adapter à l'auditoire ou son interlocuteur
- Créer l'intérêt lors des premières minutes
- Se positionner face au public.
- Intégrer des silences.
- Interrompre sans blesser et garder la main : reformuler en termes simples
- Répondre aux objections.
- Gérer les personnes qui s'opposent.
- Traiter les dérangements : retards, discussions, questions auxquelles nous ne pouvons pas répondre...
- S'affirmer quelle que soit la situation
- Etre pro actif face aux événements en sachant analyser une situation pour trouver des solutions adaptées
- Savoir être ferme sans être agressif





RÉUSSIR SA PRISE DE PAROLE

Modalités, méthodes et outils pédagogiques

- S'appuyer sur les réussites de chacun pour créer la confiance collective et individuelle nécessaire au changement attendu
- La pédagogie utilisée permet aux participants d'être véritablement acteur de leur formation
- Des trainings intensifs sont pratiqués sous la forme de mises en pratique de situations qu'ils rencontrent au quotidien
- Remise d'un support pédagogique

Résultats attendus

Etre capable de :

- se préparer à la prendre la parole en public (mentalement et techniquement)
- maîtriser sa gestuelle et son expression orale
- s'exprimer de façon claire et concise pour faire des présentations impactantes
- susciter les interactions avec le groupe

Modalités d'évaluation

- Tour de table préalable
- Questionnaire de satisfaction de fin de formation

Modalités de financements

Cap Emploi, Entreprise, Opérateurs de Compétences (OPCO), Particulier, Pôle Emploi

Intervenants

- Une équipe d'intervenants experts dans le domaine de l'efficacité professionnelle.

Modalités et délai d'accès

- Aucun prérequis n'est exigé pour suivre ce module de formation

