



PRISE DE PAROLE EN PUBLIC : FONDAMENTAUX

Augmenter la force et l'impact de ses interventions orales



PROGRAMME

Accessible en :



Intra-entreprise



Training individuel

- **Pour qui ?** Tout salarié amené à prendre la parole en public
- **Prérequis :** Aucun
- **Profil de l'intervenant :** Consultant Senior et coach , expert de la communication
- **Durée du programme :** 2 jours soit 14 heures

J -15 > Votre formation se prépare dès maintenant : questionnaire personnalisé sur votre mission, vos enjeux, difficultés et cas rencontrés

1 | Utiliser les subtilités de la communication à son avantage

- ▶ La notion d'image véhiculée au regard notamment de l'intention première
- ▶ Les 3 dimensions de la communication et leur impact respectif sur la diffusion d'un message

2 | Intégrer les composants de la communication non-verbale dans son intervention

- ▶ Les 4 postures et leur impact sur le sens du message
- ▶ La gestuelle
- ▶ Les déplacements et l'espace de l'orateur
- ▶ L'impact de la tenue vestimentaire
- ▶ Les mimiques du visage
- ▶ Le regard

3 | Capturer l'attention en jouant sur les modalités de la voix

- ▶ Le rôle de la respiration
- ▶ L'articulation
- ▶ Le volume de la voix
- ▶ La prosodie et la scansion
- ▶ L'utilisation des pauses

4 | Improviser avec aisance

- ▶ La peur de la déstabilisation
- ▶ La mobilisation du corps comme déclencheur de la parole
- ▶ Le réflexe premier des questions rhétoriques
- ▶ Le cadre organisateur d'un discours improvisé

5 | Valoriser le fond du message à transmettre

- ▶ Les 5 questions préalables
- ▶ 1er temps: conclusion > les 3 idées forces à retenir
- ▶ 2ème temps: le contenu
- ▶ 3ème temps : introduction > accrocher l'auditoire et fixer le cap

6 | Gérer son trac avant et pendant son intervention

- ▶ L'importance de la préparation
- ▶ Les techniques pour gérer son stress en situation
- ▶ Les trucs pour répéter utile

Pendant la formation > mises en situation complétées à partir de vos cas réels

Clôture de la formation :

- ▶ Synthèse et points d'ancrage
- ▶ Formalisation du plan d'action personnalisé pour activer les nouveaux comportements

Nos activités pédagogiques : 4 temps pour ancrer durablement ...



"**DécliC**" : tests, auto-diagnostics pour activer la **prise de conscience**



"**MécaniC**" : exercices **mécaniques** pour **s'approprier** les techniques



"**PratiC**" : **des simulations** avec un cadre et un objectif définis



"**VéridiC**" : un entraînement **semi-réel** pour faciliter le transfert



Objectifs pédagogiques

COMMENT FAIRE POUR ...

- 1 Utiliser les subtilités de la communication à son avantage
- 2 Intégrer les composants de la communication non-verbale dans son intervention
- 3 Capturer l'attention en jouant sur les modalités de la voix
- 4 Improviser avec aisance
- 5 Valoriser le fond du message à transmettre
- 6 Gérer son trac avant et pendant son intervention



MODALITÉS D'ÉVALUATION

Avant la formation : Identifier ses **attentes**, remonter ses **difficultés**, son **contexte**

En fin de formation : **Auto-évaluer sa progression** sur chaque objectif pédagogique

Après la formation : **Donnez votre avis** sur l'utilité de la formation de retour à votre poste !



VOTRE FORMAT



Intra-entreprise : votre formation s'adapte à vos **enjeux réels**. Vos équipes se forment ensemble aux dates qui vous conviennent



Training individuel - un accompagnement personnalisé à partir de ce programme pour progresser rapidement. Vous travaillez exclusivement sur vos situations, à votre rythme, en toute confidentialité.

TARIFS

- **Intra entreprise :** 3620 € - 2 jours - 8 participants (frais déplacement non inclus)
- **Training individuel :** 1790 € / 8 h d'accompagnement individuel

Tous nos tarifs sont **NETS** : TVA non applicable, article 293 B du CGI (exonération des organismes de formation de TVA)



INCLUS DANS VOTRE FORMATION :

- **Vos fiches mémos pocket** → l'essentiel des méthodes toujours sur vous !
- **Un Plan d'action personnalisé** → Fil rouge complété durant la formation
- **Un SAV Pédagogique** → 5 échanges mail/participant pendant 6 mois
- **Un Questionnaire préparatoire** → pour mieux vous connaître avant la formation



**ECHANGER SUR VOS BESOINS
PROGRAMMER UNE DATE**



Vous êtes en situation de **handicap** : nous sommes là pour personnaliser votre accompagnement : **[nous contacter](#)**

Tel. : +33 (0) 950 05 60 60

Site : www.capitecorpus.com

Email : info@capitecorpus.com

Capite Corpus -
Organisme de formation
45 rue Ste Geneviève - 69006 Lyon

Capite Corpus est
concepteur et diffuseur exclusif
de cette formation

n° de formation professionnelle : 82690854469
RCS Lyon - SIRET : 449 928 951 00044