PROGRAMME DE FORMATION

PRISE DE PAROLE EN PUBLIC

(Édition : 2026)

PUBLIC VISÉ ET PRÉREQUIS

- Toute personne ayant à prendre la parole en public devant un auditoire : équipe, clients ou autre
- Absence de prérequis, tout public

OBJECTIFS

- Apprendre à surmonter ses appréhensions en face à face
- Savoir préparer un message et faire passer ses idées
- Utiliser tous les vecteurs de communication pour plus d'efficacité
- Répondre aux objections

CONTENU

1 / Les bases de la communication

- Schéma de l'échange
- La communication efficace

2 / La communication non verbale

- Paramètres du non verbal et leur importance
- Travailler mon attitude

3 / La voix comme support de l'autorité

- Les registres de l'expression
- Rythme et écoute

4 / Se libérer de son stress

- Mécanisme du stress
- Technique de respiration
- Notion d'enjeux

5 / Concevoir un message percutant

- Construire un discours
- Capter l'attention
- Travailler l'approche factuelle
- Activer la dimension émotionnelle
- Quel support pour quel message

6 / Traitement des objections

- Identifier ses réactions
- Reformulation
- S'appuyer sur le groupe

7 / Confiance en soi

- La légitimité de l'orateur
- Prendre plaisir à l'expression

Entrainements à la prise de parole dans différents contextes

DURÉE DE LA FORMATION ET MODALITÉS D'ORGANISATION

Durée : 2 jours soit 14h
Dates : nous consulter
Horaires : de 9h à 12h 30 et de 13h 30 à 17h
Lieu : à déterminer
Groupe : 4 à 10 stagiaires

MOYENS & MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Autodiagnostics
- Apports théoriques -Tests de perception et comportement personnel
- Simulations filmées - Etudes de cas pratiques des participants – Jeux de rôle
- Elaboration de Plan de Progrès Personnel par les participants
- L'éventuel caractère confidentiel des données partagées sera préservé.
- Classeur ou chemise pédagogique avec supports remis au stagiaire

MODALITÉS D'ÉVALUATION

- Évaluation des acquis de la formation
- Questionnaire de satisfaction
- Questionnaire post-formation

QUALITÉ DU OU DES INTERVENANTS

Thierry Honnons Consultant formateur en Management et Efficacité professionnelle