

Prise de parole en public



Cette formation vous permettra de développer l'aisance et l'efficacité à l'oral en apprenant à structurer un discours, maîtriser sa posture et adapter sa communication à son public.

Pré-requis

Une expérience professionnelle de terrain est recommandée pour une meilleure appropriation.



Durée
14h

Prix inter

[Cliquez ici pour le détail](#)

Prix intra

Nous consulter pour un devis

Objectifs pédagogiques

- ° Connaître et comprendre les règles de base de la communication et leurs impacts sur les interactions professionnelles
- ° Connaître et appliquer les différentes techniques d'expression orale adaptées aux différentes situations de prise de parole
- ° Gérer le trac et les appréhensions de prise de parole en public pour développer une communication plus assertive
- ° Maîtriser la gestion des objections et les situations difficiles en adoptant des stratégies de communication adaptées

Contenu

Préparation en amont :

Les participants arrivent avec un sujet de présentation réel afin de travailler dessus pendant la formation.

Jour 1 : Les fondamentaux de la communication

Comprendre les mécanismes de la communication (verbal, non-verbal, congruence, filtres).

Travailler sa posture et sa présence scénique (ancrage, respiration, gestion de l'énergie et des émotions).

Apprendre à structurer une prise de parole (plan, objectifs, adaptation au public).

Identifier les différents profils d'interlocuteurs pour adapter son discours.

Jour 2 : Construire et délivrer un message impactant

Concevoir une introduction percutante, un message clair en 3 idées clés et une conclusion efficace.

Gérer les situations difficiles, les objections, le stress et les émotions.

Préparer et réaliser une présentation individuelle filmée, suivie d'un débriefing collectif pour identifier les points forts et axes d'amélioration.

Résultat attendu :

Chaque participant repart avec une présentation travaillée, des outils concrets pour parler en public et un plan d'actions personnalisé pour progresser.

Public

Tout professionnel souhaitant améliorer son aisance oratoire et sa prise de parole en public pour gagner en impact lors de ses prises de parole professionnelles.

Méthode pédagogique

La formation mobilise une pédagogie active, centrée sur l'apprenant, fondée sur l'alternance entre apports théoriques, expérimentation, analyse réflexive et co-construction avec le groupe. Elle s'appuie sur les méthodes pédagogiques classiques (listées dans le programme détaillé) + Apports théoriques illustrés + Ateliers pratiques et mises en situation + Partages d'expériences + Élaboration d'un plan d'action personnel

Intervenants

Tania DE MATOS

Luc DORLET

Josette DUBOST

[Cliquez ici pour avoir accès à la description complète des formateurs](#)

01 84 78 18 10 | contact@le-patio-formation.fr | www.le-patio-formation.fr | 40 rue Salvador Allende 92000 Nanterre

Les formations du PATIO Formation sont accessibles avec assistance aux personnes en situation de handicap. Notre équipe est à leur disposition pour tout renseignement ou assistance à ce sujet.