Prise de parole en public : les techniques pour convaincre

Entraînement intensif pour une meilleure performance orale

Présentiel ou en classe à distance

2 jours (14 h)
+ activité à distance

Prix inter : 2.050,00 € HT

Réf.: G6364

Vous êtes déterminé à passer un cap dans votre performance orale en un temps record ? Cette formation en prise de parole en face à face ou à distance vous offre un véritable coaching personnalisé. Vous serez accompagné par des professionnels de la prise de parole en public au cours de plusieurs ateliers destinés à vous aider à : renforcer votre diction et votre voix ; surmonter votre trac à l'oral et à asseoir votre présence ; structurer une présentation et à parler sans lire ses notes ; valoriser votre image.

A qui s'adresse cette formation ?

- Manager, cadre, ingénieur, chef de projet prenant régulièrement la parole en public

- Aucun.

Programme

Avant

- Un autodiagnostic
- Une vidéo : "Regardez John préparer et adapter son message pour réussir ses présentations en public" pour se préparer.

Pendant

1 - Évaluer ses moyens personnels d'expression : renforcer ses atouts et travailler ses points faibles

- Établir votre check-up personnalisé à l'aide de la vidéo
- Valoriser vos atouts et vos talents cachés
- Identifier vos pistes d'amélioration

Dans l'atelier "Diagnostic et grand oral", l'animateur vous apporte ses recommandations pour profiter au mieux des différents ateliers

2 - Valoriser son image et affirmer son style

- Décoder votre image émise et perçue
- Trouver et affirmer votre style
- Quelles couleurs, quelles formes, quelles matières ?

Conseils pour affirmer votre style

3 - Rendre son message percutant

- Choisir son objectif
- Comprendre le contexte et l'environnement, maîtriser les enjeux
- Adopter le style, le plan et la sémantique adaptés
- Conclure avec efficacité

Vous préparez vos interventions grâce aux méthodes des professionnels de la communication en public

4 - Gagner en assurance dans ses interventions

- Réguler son émotion avant et dans l'action
- Prendre toute sa place
- Mobiliser son énergie
- Développer sa présence et sa conscience de la situation et du groupe

Vous vous appropriez les moyens de surmonter votre émotion et de développer votre présence

5 - Faire de sa voix un atout majeur

- Découvrir sa vraie voix
- Prendre conscience de son "capital voix" et découvrir toutes ses possibilités
- Élargir sa palette d'expression orale

Vous expérimentez les techniques vocales et les exercices de diction pour élargir votre palette et développer toute votre aura

Après

- Un programme de renforcement sur plusieurs semaines
- Une activité personnalisée à vos enjeux qui vous permettra de transposer en situation de travail



Les objectifs de la formation

- Exceller dans la prise de parole en public
- Repérer ses atouts et points faibles : atelier "Diagnostic et grand oral"
- Valoriser son image et affirmer son style : atelier "Style et attitude"
- Structurer un message synthétique et percutant : atelier "Structuration et méthode"
- Gagner en assurance dans ses interventions : atelier "Coaching vidéo"
- Harmoniser discours, comportement et image : atelier "Voix et diction"



Evaluation

Évaluation des compétences acquises via un questionnaire en ligne intégrant des mises en situation.



Les points forts de la formation

- Des mises en situation pratiques coachées par des professionnels de la prise de parole en public.

Evaluation

Évaluation des compétences acquises via un questionnaire en ligne intégrant des mises en situation.

Dates et villes 2027 - Référence G6364

Dernières places disponibles Session garantie

Lyon

du 4 févr. au 5 févr.	du 1 juin au 2 juin	du 21 oct. au 22 oct.
du 8 avr. au 9 avr.	du 13 sept. au 14 sept.	du 1 déc. au 2 déc.

Paris

du 8 févr. au 9 févr.	du 28 juin au 29 juin	du 11 oct. au 12 oct.
du 22 févr. au 23 févr.	du 1 juil. au 2 juil.	du 21 oct. au 22 oct.
du 10 mars au 11 mars	du 8 juil. au 9 juil.	du 25 oct. au 26 oct.
du 22 mars au 23 mars	du 22 juil. au 23 juil.	du 8 nov. au 9 nov.
du 1 avr. au 2 avr.	du 23 août au 24 août	du 15 nov. au 16 nov.
du 21 avr. au 22 avr.	du 30 août au 31 août	du 22 nov. au 23 nov.
du 10 mai au 11 mai	du 8 sept. au 9 sept.	du 29 nov. au 30 nov.
du 25 mai au 26 mai	du 16 sept. au 17 sept.	du 2 déc. au 3 déc.
du 31 mai au 1 juin	du 23 sept. au 24 sept.	du 6 déc. au 7 déc.
du 10 juin au 11 juin	du 30 sept. au 1 oct.	du 13 déc. au 14 déc.
du 21 juin au 22 juin	du 4 oct. au 5 oct.	

Nantes

du 24 mars au 25 mars	du 30 juin au 1 juil.	du 18 nov. au 19 nov.
du 26 mai au 27 mai	du 23 sept. au 24 sept.	

Lille

du 14 avr. au 15 avr.	du 15 juil. au 16 juil.	du 13 oct. au 14 oct.

Toulouse

du 21 avr. au 22 avr.	du 12 juil. au 13 juil.	du 4 oct. au 5 oct.

Bordeaux

du 29 avr. au 30 avr.	du 13 sept. au 14 sept.
du 9 juin au 10 juin	du 24 nov. au 25 nov.