



OSER PRENDRE LA PAROLE AVEC ASSURANCE DANS LES SITUATIONS PROFESSIONNELLES

DEVELOPPEMENT PERSONNEL



DUREE

7 heures
/
1 jour



DATES

-
LIEUX

Contactez
nous



INTER
(min 4 pers)

-
INTRA
(max 12 pers)

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

- **Prendre la parole avec confiance et clarté** dans toutes les situations professionnelles.
- **Développer une posture assurée et crédible** face à différents interlocuteurs.
- **Gérer stress, trac et émotions** pour s'exprimer avec impact.



Prix INTER : **650€ HT**
INTRA : **contactez nous**

PUBLIC

> **tout professionnel souhaitant améliorer sa prise de parole**

PRE REQUIS

> **Pas de pré requis**

PROGRAMME

Comprendre les clés de la prise de parole

Apports théoriques sur communication, posture, impact et gestion du trac

Identifier ses points forts et axes d'amélioration

Exercices pratiques, auto-observation, mises en situation, feedback collectif

S'exprimer avec assurance et impact

Jeux de rôle, simulations, ateliers interactifs, plan d'actions individuel

Renforcer l'ancrage et la confiance durable

Debriefs, techniques d'ancrage, bonnes pratiques pour le transfert en situations professionnelles

METHODES PEDAGOGIQUES

- **Approche Ludo pédagogique** : jeux, mises en situation, mini défis.
- **Ateliers de co-construction et d'échanges de pratiques.**
- **Apports théoriques courts et illustrés**
- **Utilisation d'outils concrets et transférables sur le terrain.**

RESSOURCES PEDAGOGIQUES

- Supports de formation projetés
- Exposés théoriques
- Etude de cas concrets
- Jeux variés
- Quizz en salle
- Tableau blanc, vidéo projecteur
- Support de formation

LE SUIVI

- Hotline avec le formateur pendant la formation
- Feuille de présence
- Attestation de fin de formation, de réalisation

LES EVALUATIONS

- Auto-évaluation en amont
- Évaluation en cours de formation (quizz, tests, exercices, mise en situation)
- Evaluation à chaud
- Evaluation à froid




**POSSIBLE
SUR
MESURE**


**POSSIBLE
EN
INDIVIDUEL**


**POSSIBLE
EN
DISTANCIEL**