

Prise de parole en public

Libérez votre potentiel oratoire : gérez vos émotions et maîtrisez l'art de la prise de parole en public.



V3. 17.02.26

Formation

Prise de parole en public

Libérez votre potentiel oratoire

+33(0)6.58.70.04.93

contact@inspire-coach.com

Lieu / configuration

Inter-entreprise : présentiel ou à distance /
Intra-entreprise : vos locaux ou à distance

Durée

Durée : 14 heures sur 2 jours

Groupe

Jusqu'à 12 personnes

Tarif

Tarif inter : 1220 € net / personne

Tarif intra : sur devis

Délai d'accès

Défini avec l'entreprise avant la contractualisation, ou indiqué sur le catalogue pour l'entreprise.

OBJECTIF GÉNÉRAL

- Mieux connaître ses qualités de communicant
- Surmonter son trac lors de la prise de parole
- Se préparer à la prise de parole en public
- Utiliser les techniques efficaces de présentation

TYPE PUBLIC

- Dirigeant - Manager - Salariés

PRÉREQUIS

- Aucun

CONTENU THÉORIE & PRATIQUE

Jour 1 : Maîtrise Oratoire : Libérez votre potentiel et gagnez en assurance

1. Prendre conscience de son potentiel de communicant
 - Découvrez comment libérer votre potentiel de communicant inné.
 - Explorez les mécanismes qui influencent votre capacité à communiquer efficacement.
 - Identifiez vos forces et déterminez les domaines où vous pouvez progresser pour atteindre l'excellence en prise de parole.
2. Gestion de ses émotions face au public
 - Apprenez à gérer le trac et surmontez les trois peurs sociales les plus communes.
 - Utilisez vos émotions pour enrichir et renforcer votre présence lors de vos interventions publiques.
 - Découvrez la cohérence cardiaque pour maintenir votre calme et votre équilibre lors de vos prises de parole.

Inspire Coach Institute - 9, rue des Alliés 68400 RIEDISHEIM / www.inspire-coach-institute.com

contact@inspire-coach.com Christophe & Léo : 06.58.70.04.93 / 07.66.13.01.26

SIRET : 84033386800015 - APE : 8559A - SAS capital social 3000 € - n° TVA : FR37840333868

Déclaration d'activité de formation enregistrée sous le n° 44680330468 auprès du préfet région Grand-Est

CONTENU (Suite)

Jour 2 : De la préparation à la présentation : Clés pour captiver et convaincre

1. Maîtrisez tous les aspects de la préparation pour briller devant votre public.
 - Apprenez à organiser efficacement vos supports et votre environnement pour une présentation sans faille.
 - Développez une stratégie mentale pour structurer vos idées et captiver votre auditoire.
 - Renforcez votre confiance personnelle pour surmonter le trac et inspirer votre public avec assurance.
2. Les clés d'une prise de parole impactante
 - Explorez comment l'intention guide votre discours et renforce votre message.
 - Maîtrisez les différentes dimensions argumentatives pour persuader et convaincre efficacement.
 - Décodez les gestes, expressions faciales et postures qui renforcent votre communication et transmettent des messages puissants.

PÉDAGOGIE

OUTILS ET MOYENS

Méthodes pédagogiques

Présentation des concepts, supports pédagogiques variés (PPT...)

Mises en situation immersive

Cas pratiques

Moyens humains

Formateur Inspire Coach Institute ou partenaire référencé.

MÉTHODE D'ÉVALUATION

Auto-évaluation en fin de session pour l'obtention d'une attestation de formation.

Le formateur évalue la progression pédagogique du participant tout au long de la formation au moyen de QCM, mises en situation, travaux pratiques...

Le participant complète également un test de positionnement en amont et en aval pour valider les compétences acquises.

