MANAGEMENT STRATÉGIQUE

Prise de parole en public. Techniques pour captiver et convaincre, transformer son trac en énergie positive, parler avec assurance

FRMS29	PARIS

2 SEMAINES
du 02/08/2027 au 13/08/2027
du 25/10/2027 au 05/11/2027

CIFOPE
EXPERTISE ET FORMATION

www.cifope.fr

Prise de parole en public. Techniques pour captiver et convaincre, transformer son trac en énergie positive, parler avec assurance

OBJECTIFS

Renforcer la confiance et l'aisance lors de la prise de parole en public. Maîtriser les techniques pour gérer le stress et l'anxiété liés à l'expression orale. Développer une communication verbale et non verbale claire et persuasive. Comprendre l'importance de la posture, de la gestuelle et du regard dans la transmission du message. Apprendre à structurer un discours efficace avec introduction, développement et conclusion. S'entraîner à réagir avec assurance aux questions, objections ou situations imprévues. Utiliser l'intelligence artificielle comme outil d'aide à la préparation et à la structuration d'une intervention.

THÈME ET MODULES PÉDAGOGIQUES

1er module : Fondamentaux de la prise de parole en public

- **Comprendre** les enjeux de la communication orale et les facteurs qui influencent l'impact d'une intervention. Maîtriser des techniques simples de gestion du stress avant et pendant la prise de parole. Développer la confiance en soi et les bases de l'assurance oratoire. Apprendre à se préparer efficacement à une intervention.

2e module : Communication verbale et non verbale

- **Maîtriser** l'utilisation de la voix, de la respiration et du rythme de parole. Comprendre l'impact de la posture, de la gestuelle et du regard dans la communication. Développer une expression claire, vivante et adaptée à l'auditoire.

3e module : Structuration et préparation des discours ou prises de parole

- **Structurer** un discours ou une intervention de manière claire et persuasive. Concevoir des accroches efficaces pour capter l'attention. Construire des conclusions fortes et mémorables. Utiliser l'intelligence artificielle pour générer des idées, enrichir les arguments et préparer les interventions.

4e module : Gestion des interactions avec l'auditoire

- **Apprendre** à répondre aux questions et objections avec assurance. Développer des techniques pour maintenir l'attention et l'intérêt du public. Utiliser des supports et outils adaptés pour renforcer l'impact de la prise de parole.

5e module : Retours d'expérience et consolidation des acquis

- **Analyser** les exercices de prise de parole réalisés pendant la formation. Identifier les axes d'amélioration individuels. Élaborer un plan d'action personnel pour renforcer durablement ses compétences d'expression orale.

POUR QUI ?

Hauts responsables gouvernementaux, dirigeants et cadres, chefs de service, attaché(e)s et assistant(e)s de direction. Toute personne amenée à animer une réunion, présenter un projet, préparer un discours ou prendre la parole devant un public. Toute personne souhaitant améliorer son aisance et son efficacité en communication orale.

POURQUOI CHOISIR CETTE FORMATION ?

Une formation complète pour renforcer la confiance, structurer ses interventions et améliorer l'impact de ses prises de parole. Une approche combinant apports méthodologiques, exercices pratiques, jeux de rôle et mises en situation. Les participants développent des techniques immédiatement applicables pour s'exprimer avec assurance et captiver leur auditoire.