



# PRENDRE LA PAROLE EN PUBLIC

FF-COMM 001  
MAJ 01.2022 – V1.0

## Public visé

Tout public

## Objectifs pédagogiques

A l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de :

- Appréhender les clés d'une communication réussie
- Apprendre à gérer ses émotions et son stress
- D'improviser et de gérer les objections
- Être à l'aise à l'oral

## Modalités et techniques pédagogiques

- Alternance d'apports théoriques, de mises en situation pratiques et d'échanges d'expérience.
- Questionnaires de positionnement et exercices pratiques
- Simulations et jeux de rôles, restitution individualisée

## Qualification intervenant(e)(s)

Les formateurs disposent des compétences professionnelles, techniques, pratiques et théoriques en rapport avec le domaine des connaissances concernées, et ont la capacité de les transmettre.

## Méthode et modalités d'évaluation

- Questionnaire de recueil des besoins en amont
- Quizz de connaissances
- Attestation de formation

## Accès à la formation

- Ouverture de session à tout moment, sur demande
- 12 stagiaires maximum par session
- Lieux : Inter (accès PMR) – Intra (en entreprise)
- Accessibilité Handicap
- Demandez nos Référentes Handicap : Alexia MERCY ou Aude SIMON BRIERE

## Pré-requis

Pas de pré-requis nécessaire

## Parcours pédagogique

### Améliorer sa communication

- Les freins à la communication
- Les clés d'une communication réussie : confiance en soi, écoute, clarté
- S'affirmer face à son auditoire
- Allier la communication verbale, paraverbale et non verbale pour gagner en efficacité

### Comprendre et utiliser ses émotions pour gérer son stress

- Rôle et utilité des émotions
- Techniques de régulation des émotions
- Les signes typiques du stress : détecter et réguler

### Préparer et organiser sa prise de parole

- Prendre en compte mes caractéristiques personnelles
- Prendre en compte les caractéristiques de mon auditoire
- Choisir et organiser ses arguments selon l'objectif poursuivi

### Gérer les auditoires difficiles

- Comprendre les rôles au sein d'un groupe
- Répondre aux objections

## Durée

- 2 jours soit 14h

## Tarifs de la formation

- Tarifs Intra : 900 € nets de toutes taxes par jour pour un groupe de 10 à 12 personnes
- Tarifs Inter : 450 € nets de toutes taxes par jour