



www.orrea.net



Présentiel
Distanciel
Multi Modalités

PRENDRE LA PAROLE EN PUBLIC

FF-COMM 001
MAJ 01.2026 – V3.0



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 notre Référente Handicap : Coraline HELEINE



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