

Prise de parole en public

Réf. ATSS1 · Advancia Training · Bureautique

DURÉE 2 jours	NIVEAU Fondamental	MODALITÉS Présentiel · Live · Intra	VOUCHER EXAMEN En option
------------------	-----------------------	--	-----------------------------

Présentation

Cette formation vous aide à surmonter le trac et à structurer des interventions percutantes. Vous travaillerez votre posture, votre voix et votre gestuelle à travers des mises en situation filmées. Elle s'adresse à toute personne devant s'exprimer en réunion, en public ou devant un client.

Objectifs pédagogiques

- Gérer le trac et canaliser son stress avant une prise de parole
- Structurer un discours clair et mémorable
- Travailler sa voix, son débit et ses silences
- Maîtriser posture, regard et gestuelle
- Capter et maintenir l'attention de l'auditoire
- Répondre aux questions et gérer les situations difficiles

Programme détaillé

1. Module 1 — Maîtriser son trac et sa présence

- Comprendre et gérer le stress
- Techniques de respiration et d'ancrage
- Posture, regard et occupation de l'espace
- Premier passage filmé et feedback

2. Module 2 — Construire un message percutant

- Définir l'objectif et connaître son public
- Structurer l'accroche, le corps et la conclusion
- Storytelling et exemples marquants
- Appuis visuels au service du message

3. Module 3 — Convaincre et interagir

- Voix, débit, articulation et silences
- Capter et relancer l'attention
- Gérer les questions et objections
- Mises en situation filmées et débriefing

Prérequis

Aucun prérequis. Une volonté de s'exercer à travers des mises en situation est recommandée.

Public visé

Managers, commerciaux, chefs de projet, formateurs et tout professionnel amené à s'exprimer en public.

Ce qui est inclus

- Support de cours Advancia Training
- Mises en situation filmées et débriefing individuel
- Attestation de fin de formation
- Pauses café et déjeuner
- Accès à un formateur expert en communication

Certification

Formation non certifiante. Une attestation de fin de formation est délivrée à l'issue du parcours.

750 DT HT / participant — tarif inter-entreprise · financement CNFCPP possible