



Points forts : Approche basée sur une meilleure connaissance de soi à partir des profils ENNEAGRAMME
Très efficace en intra comme clé d'entrée à une démarche de cohésion d'équipe.

Objectifs

- **Utiliser** les techniques de base de la communication pour se faire entendre
- **Adapter** son argumentaire à l'interlocuteur
- **Faire adhérer** à ses idées.
- **Gérer et traiter** positivement les objections
- **Développer** son aisance relationnelle

Programme

Prendre conscience de l'importance du non verbal dans ses communications professionnelles

► Investir l'espace

- Travailler sa posture en cohérence avec sa personnalité
- Adapter le langage corporel à l'environnement

► Être plus expressif

- Développer l'expression des sentiments et des émotions grâce au langage du corps
- S'affirmer dès les premières minutes et être en cohérence avec ses messages

► Le corps mis en scène

- Apprendre à utiliser ses émotions
- Inspirer confiance pour anticiper et désamorcer les situations professionnelles difficiles

Développer son sens de la répartie

Afin de développer l'imaginaire des participants et les préparer à l'improvisation, des exercices de « réveil mental » sont indispensables

► L'expression de soi mise en mots

- S'entraîner à la répartie
- Travailler l'implication et l'adresse
- Structurer son discours
- Choisir les mots justes

► Donner de l'impact à ses présentations

- Libérer son discours et développer son agilité oratoire

► Conseils personnalisés

Démarche pédagogique

Travail sur le ressenti pour mieux mémoriser les techniques. Accent mis sur les réussites de chacun par l'effet miroir du formateur et du groupe. Formation animée par un comédien formateur sur la base d'une pédagogie innovante et ludique.

Formateur : Formateur, comédien, metteur en scène, spécialiste des techniques de communication orale et des formations comportementales. Sera accompagné d'un comédien de sa troupe spécialiste de l'improvisation pour mettre en œuvre les mises en situation lors de la 2^{ème} journée. Formateur expérimenté, sélectionné par le CEPPIC pour ses compétences techniques et son expérience significative, tant sur le sujet traité qu'en matière de pédagogie.

Public

Tout public ayant dans sa mission professionnelle à gérer des relations délicates face à un groupe, ou à fort enjeu et souhaitant développer son sens de la répartie.

Prérequis

Avoir fait une formation sur les bases de la communication orale ou avoir suivi le module « Prendre la parole en public » niveau 1

Modalités d'évaluation

Evaluation des acquis tout au long de la formation avec des exercices pratiques et des quizz.

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



Contact et Inscription

Isabelle PROTAIS 02.35.59.44.17 - isabelle.protais@ceppic.fr



Toutes nos formations sont réalisables sur mesure en intra-entreprise

Accessibilité de la formation

Nos locaux sont accessibles aux personnes à mobilité réduite et disposent d'un ascenseur permettant l'accès à l'étage.

Pour toute question relative à l'accessibilité ou à l'aménagement de votre formation, vous pouvez contacter nos référents handicap : referenthandicap@ifa-rouen.fr

Indicateurs clés

916 personnes formées en Management et Communication en 2025

92 % Taux de satisfaction à chaud 2025

Dates de session

Mises à jour le **19/08/2026**

Nous consulter



Contact et Inscription

Isabelle PROTAIS 02.35.59.44.17 - isabelle.protais@ceppic.fr



Toutes nos formations sont réalisables sur mesure en intra-entreprise