



Points forts : Chaque participant aura l'opportunité de s'entraîner concrètement, pour prendre confiance en soi progressivement et travailler sur la cohérence entre la communication verbale et non verbale

Objectifs

- Passer de la communication écrite à l'oral.
- Mobiliser ses ressources personnelles et émotionnelles avant une prise de parole.
- Présenter une intervention orale structurée.
- Construire une argumentation.
- Gérer les questions de l'auditoire.

Programme

► Préparer une intervention

- Connaître le sujet
- Préciser le but à atteindre
- Définir l'objectif
- S'appuyer sur les ressources existantes
- S'adapter au public et aux circonstances
-

► Oser intervenir et démystifier la prise de parole

- Faire le point sur les émotions éprouvées pour pouvoir les dépasser
- Savoir mobiliser ses idées
- Apprendre à respirer, se détendre
- Travailler son "VRP" (voix, regard, posture)
- Savoir utiliser l'espace (si besoin est)
- Exprimer son opinion

► Training : intervenir de façon efficace et convaincante

- Différencier Faits, Opinions et Recommandations avant de les exprimer
- Savoir construire et utiliser une arborescence pour parler devant un groupe de manière fluide, naturelle, structurée sans perdre le fil de ses idées
- S'entraîner à répondre aux objections, à argumenter
- Détecter rapidement ses alliés
- Débattre et répondre aux questions et répondre à la contradiction

► Synthèse : les trucs et astuces de la prise de parole en public

Préconisation : pour plus d'efficacité, complétez cette formation avec le module « **Argumenter et convaincre – Niveau 2** ».

Démarche pédagogique

Mises en situations, jeux de rôles et autodiagnostic. Ces prestations sont suivies d'analyse et de préconisations personnalisées. Le niveau 2 est fortement préconisé pour une évolution durable et renforcer sa capacité de persuasion.

Formateur : Formateur spécialiste des techniques de communication orale, expert en efficacité commerciale et personnelle.

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 à s'exprimer oralement dans un débat ou face à un groupe ou présenter un projet

Prérequis

Avoir une maîtrise suffisante de l'expression orale (vocabulaire et syntaxe notamment)

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.

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

Contact et Inscription

Isabelle PROTAIS 02.35.59.44.17 - isabelle.protais@ceppic.fr



Toutes nos formations sont réalisables sur mesure en intra-entreprise

CEPPIC 194, rue de la Ronce 76230 ISNEAUVILLE - www.ceppic.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

FO31 – Version D – P2 - Fiche programme stage court

Toutes nos formations sont réalisables sur mesure en intra-entreprise