

# PRISE DE PAROLE EN PUBLIC avec IMPACT

Formation e-learning & suivi en VISIO DE 10 H  
Durée totale : 25 H

**Soignez vos interventions et créez l'adhésion :  
formation en expression orale courte et certifiante**

## Public visé

Professionnels amenés à prendre la parole en situation professionnelle (formations, réunions, présentations, soutenances...)



## Objectifs de la formation

- Prendre la parole à l'oral en public en présentiel ou à distance
- Structurer une prise de parole efficace
- Argumenter et illustrer en s'adaptant à l'interlocuteur
- Professionnaliser votre communication corporelle, vocale et non-verbale
- Anticiper et répondre aux objections avec vivacité et pertinence
- Gérer ses émotions et stress pour être plus impactant

## ✓ Prérequis pédagogiques

- Justifier d'une expérience professionnelle d'un an minimum dans un poste dans lequel le candidat est amené à communiquer quotidiennement à l'oral avec des acteurs internes et/ou externes (collaborateurs, clients, commanditaires partenaires...)



## Prérequis techniques

Disposer d'un outil numérique avec caméra / son ainsi que d'une connexion Internet



## Modalités pédagogiques

**A distance en e-learning et coaching en VISIO 1:1**

15 H en e-learning accessible pendant 1 an  
+ 10 H en VISIO en plusieurs séances à planifier dans les 2 mois

## Contact/inscription :

Celine **CHEVALLIER**  
Responsable  
pédagogique  
celine.c@counselling.fr  
02 52 35 20 74



# PROGRAMME DE LA FORMATION

## PRISE DE PAROLE EN PUBLIC

### ● **Parcours**

Votre parcours de formation est organisé en modules comprenant contenus théoriques et exercices d'évaluation .

### ● **Module d'introduction**

Découverte originale des participants et du contenu via des ice-breaker variés

### **Communiquer avec une image impactante**

Diagnostic de l'impact de son image dans sa communication par la formatrice

### **Prendre la parole à l'oral en public en présentiel ou à distance**

Introduction à la communication orale  
Techniques de communication corporelle  
Techniques vocales

- *Enonciation et modulation vocale, bref discours avec feedback du groupe*

### **Communiquer à l'oral avec aisance et influence**

Utiliser une gestuelle adaptée pour donner vie et foi à son discours  
S'exprimer avec une diction claire  
Réguler sa voix et surmonter son trac  
Exploiter ou créer des silences

- *Vire-langues, simulations filmées, exercices de respiration, exercices sur la voix, le débit, le ton de parole.*

### **Structurer une prise de parole efficace**

Conception de la structure de communication  
Techniques de plan pour une communication claire  
Techniques d'illustration et d'argumentation

- *Développer un discours argumentatif (schéma, stats, anecdotes..) et feedback*

### **Animer une réunion en présentiel ou à distance**

Préparer votre réunion (fond, forme)  
Maîtriser les options des outils de conférence téléphonique (lever de main...)  
Maîtriser le groupe et maintenir l'intérêt (le regard en W)  
Animer le tour de table et solliciter les participants  
Présenter vos idées avec synthèse et de manière factuelle

- *Introduire une réunion, utiliser l'espace, création d'une carte mentale sur votre sujet, prise en main de la classe à distance, jeux de rôles*

### **Illustrer avec clarté, charisme et séduire avec le story-telling**

Présenter des supports attractifs et s'exprimer avec la règle des 4 C

Convaincre en 5 minutes pour faire agir : le PITCH  
Exploiter la technique du story-telling

- *Sélection de supports, rédaction d'un ordre du jour, rédaction d'un scénario, témoignage à présenter à l'oral avec la technique du story-telling*

### **Répondre aux objections avec pertinence**

Communiquer avec assertivité et repérage des attitudes non assertives  
Les principes de la communication non-violente  
Exprimer votre demande, questionner avec neutralité et faire reformuler l'autre  
Savoir répondre avec assurance et tact

- *Réagir aux différentes attitudes ou remarques de participants avec la méthode OSBD*

### **Gérer ses émotions et le stress pour être plus impactant**

Repérer les déclencheurs de stress, leur intensité lors de votre prise de parole en public  
Techniques de relaxation  
Stratégies pour gérer le stress avant et pendant la prise de parole

- *Prise de parole sous pression*

### ● **Module de conclusion**

Synthèse des apports et Quiz d'évaluation des acquis en ligne

### ● **Evaluation en 2 temps**

- Evaluation formative : quiz, exercices, coaching personnalisé
- Evaluation sommative : Mise en situation professionnelle simulée lors de la dernière VISIO de 1H devant un jury

# DÉROULEMENT DE LA FORMATION

## PRISE DE PAROLE EN PUBLIC

### Délai d'accès

Envoi des codes d'accès et des tests de positionnement sous 14 jours après votre inscription.

1

**Passation des tests de positionnement et débriefing téléphonique ou en VISIO de 1H avec une formatrice expérimentée**

2

**Accès au parcours e-learning composé de diverses ressources :**

- Vidéos, quiz, exercices
- Ouvrages téléchargeables
- Supports visuels
- Retranscription des vidéos
- Assistance technique ou pédagogique par mail, Whatsapp ou SMS

3

**Suivi pédagogique possible en VISIO hebdomadaires de 1H à 2H**

Tout au long de la formation, vous bénéficiez d'un accompagnement pédagogique de la formatrice grâce à 5 séances en VISIO individuels ou en groupe de 3 pour vous exercer et préparer votre certification. Calendrier des VISIO à définir lors de votre inscription.



### Méthodes et moyens pédagogiques mobilisés

Plateforme LMS, partage d'écran, exercices interactifs, quiz, simulations, mises en situation, suivi 1:1 ou petits groupes en VISIO via ZOOM, assistance technique et pédagogique via WhatsApp.

### Modalités d'évaluation

Passage en VISIO de 1H devant un jury de 2 professionnels pour passage de la certification de compétences officielle n° RS7336 "Prise de parole en situation professionnelle avec impact" enregistrée le 27/10/2025 par Manitude auprès de France Compétences



### Financement

Eligible France Travail - OPCO-CPF ou Personnel  
Tarif selon type de financement et modalités INTER/ INTRA  
Devis sous 24h- Tarif : 2590 euros

Nos formations à distance sont **accessibles** à certaines situations de handicap grâce à des modalités pédagogiques variées (retranscription des contenus vidéo, partage d'écran, tutorat par mail/SMS...).

Renseignements auprès de notre référente Handicap Céline Chevallier par courriel [celine.c@counselling.fr](mailto:celine.c@counselling.fr) ou au **02 52 35 20 74**.