FORMATION

FORMATION – MAÎTRISER LES FONDAMENTAUX DE LA PRISE DE PAROLE EN PUBLIC

Mise à jour 2026

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Connaître ses atouts pour gagner en aisance
- Identifier ses axes d'amélioration pour progresser efficacement
- Expérimenter et maîtriser les différentes techniques du comédien
- Utiliser les techniques de communication verbale et non verbale
- Structurer et argumenter pour convaincre

1 À 2 JOURNÉES

1 COMÉDIEN-FORMATEUR

TOUT PUBLIC

PRÉSENTIEL, DISTANCIEL OU MIXTE

À PARTIR DE 1900 EUROS PAR SESSION

10 PARTICIPANTS MAXIMUM

AUCUN PRÉREQUIS N'EST DEMANDÉ POUR PARTICIPER À CETTE FORMATION

MOYENS PÉDAGOGIQUES

- Saynètes
- Vidéos
- Apports théoriques et pratiques
- Mises en situation
- Echanges interactifs
- Présentation Powerpoint
- Plateforme LMS

Les moyens et supports mobilisés sont employés en fonction des besoins identifiés lors du questionnaire de positionnement.

Nos formateurs sont des experts de la thématique et reconnus dans le métier : consultez leur profil dans notre CVthèque accessible en ligne.

Certification non concernée

CONTENU DE LA FORMATION

AXE 1
Bilan personnel

Mise en situation, exercices

- Identifier ses freins et obstacles à l'expression orale
- Définir ses points forts et axes d'amélioration

AXE 2
Initiation

Entraînements à partir d'exercices issus du théâtre

- Se préparer à prendre la parole : détente musculaire et mentale
- Libérer son expression pour gagner en qualité de présence
- Jouer avec ses atouts naturels : voix, regard, gestuelle
- Se mettre en scène pour capter l'attention
- Adopter une écoute active pour s'adapter à son public

Trainings

- Mettre en pratique les apprentissages
- Travailler ses axes d'amélioration

AXE 3
Perfectionnement

Exercices

- Structurer sa pensée et gérer son temps de parole
- Organiser son discours en fonction d'un objectif : informer, sensibiliser, convaincre
- Améliorer son élocution et sa prononciation

Trainings

- Mettre en pratique les apprentissages
- Travailler ses axes d'amélioration

ACCOMPAGNEMENT POST FORMATION EN OPTION