PRISE DE PAROLE À FORT IMPACT

Ce programme a été conçu pour permettre une transformation rapide, visible et durable des participants.

La formation repose sur une approche immersive, issue du terrain mêlant techniques de prise de parole, coaching individuel et analyse vidéo.

L'objectif n'est pas seulement de mieux s'exprimer, mais d'incarner un message avec clarté, impact et justesse.

Chaque participant est accompagné individuellement à travers des mises en situation réelles et un travail approfondi sur ses propres enjeux.

Le contexte : cette formation destinée à des collaborateurs de SOLIMUT MARSEILLE amenés à intervenir lors de présentations

externes face à des étudiants et internes (CODIR).

Les objectifs pédagogiques :

Permettre aux collaborateurs de SOLIMUT de gagner en impact, clarté et en aisance lors de leurs interventions.

1 Capter l'attention du public

2 Structurer un message, une présentation

3 Adapter leurs discours selon le public

4 Maîtriser des techniques de gestion du stress

5 Gagner en aisance

Le format :

Formation immersive en présentiel sur une journée complète pour un groupe de 6 personnes.

Approche pédagogique

Approche immersive centrée sur la pratique, les mises en situation réelles et l'analyse vidéo, permettant une progression rapide et visible.

Résultats attendus :

À l'issue de la formation, les participants repartent avec un discours structuré, une meilleure aisance et des outils directement applicables pour leurs futures prises de parole.

Formateur·rice(s) :

- Nasrine Safa

Objectifs visés

- Identifier leurs pratiques actuelles de prise de parole à travers une mise en situation filmée
- Analyser leurs points forts et leurs axes d’amélioration en communication orale
- Évaluer l’impact de leur posture, de leur voix et de leur structuration du discours
- Préparer une intervention adaptée à leur objectif et à leur public
- Structurer un discours clair et cohérent autour d’un message principal
- Concevoir un support PowerPoint lisible, synthétique et impactant
- Construire une introduction engageante et une conclusion mémorable
- Organiser leurs idées autour d’un fil rouge facilitant la compréhension du message
- Mettre en scène leur intervention afin de renforcer l’attention et l’engagement du public
- Adapter leur posture et leur langage corporel à leur intention de communication
- Utiliser leur voix et leur rythme pour renforcer l’impact de leur discours
- Gérer leur regard et l’occupation de l’espace lors d’une prise de parole
- Développer une présence plus affirmée face à un public ou face caméra
- Identifier les mécanismes du stress liés à la prise de parole
- Utiliser des techniques concrètes pour transformer le stress en levier de performance
- $Appliquer des techniques de respiration et d’ancrage avant une intervention
- Gérer leurs émotions afin de gagner en aisance et en confiance
- Réaliser une présentation complète adaptée à un contexte professionnel (CODIR, étudiants, partenaires)
- Mobiliser les techniques travaillées durant la formation

Méthodes d'évaluation

- Cas pratique
- Quiz
- Serious game

• Analyser leur prestation à travers un feedback collectif et individuel • Identifier des axes d'amélioration concrets pour leurs futures prises de parole	

Déroulé pédagogique

Journée 1

- Module 3 Présence et incarnation
- Module 2 Structurer son discours et sa présentation
- Module 1 Diagnostic initial (filmé)
- PAUSE DÉJEUNER
- Module 4 Gestion du stress
- Module 5 Mise en situation finale

Informations complémentaires

Durée : 6 heures de formation sur 1 jour

Pré-requis :

Public concerné : Formation destinée à des collaborateurs de SOLIMUT MARSEILLE amenés à intervenir lors de présentations externes face à des étudiants et internes (CODIR).