

FORMATION PRISE DE PAROLE EN PUBLIC

FORMATION EN PRÉSENTIEL

14H (2 JOURS)

ÉLIGIBLE CPF (RS7622)

OBJECTIF DE LA FORMATION

Apprendre à s'exprimer avec clarté, assurance et impact dans un contexte professionnel, en développant à la fois la structure du message, la posture et la gestion du stress.

À l'issue de la formation, le participant sera capable de :

- Préparer efficacement ses interventions orales selon l'objectif professionnel.
- Structurer un message clair, percutant et adapté à son auditoire.
- Utiliser la communication non verbale pour renforcer sa crédibilité.
- Gérer les objections et les situations délicates sans se laisser déstabiliser.
- Adapter sa communication aux formats présentiel et distanciel.

PUBLIC CONCERNÉ

Managers, dirigeants, chefs de projet, commerciaux, responsables de service, demandeurs d'emploi ou toute personne amenée à s'exprimer régulièrement à l'oral.

PRÉREQUIS

La certification s'adresse à toute personne amenée à communiquer fréquemment à l'oral dans un cadre professionnel (entretien, réunion, prise de parole en public, face caméra...) et maîtrisant les bases de l'utilisation d'un PC et d'un outil de visioconférence.

PROGRAMME DE LA FORMATION (14H-2 JOURS)

Module 1 : Diagnostic vidéo et feedback personnalisé (1h30)

- Enregistrement et analyse individuelle.
- Identification des points de tension et leviers de progrès.

Module 2 : Développer l'impact de sa communication non verbale (2h)

- Le regard, la posture, la gestuelle, la présence.
- Le corps au service du message.

Module 3 : Utiliser pleinement ses paramètres vocaux (2h)

- Rythme, respiration, ton, volume et silences.

Module 4 : Adapter sa communication au distanciel (1h30)

- Clés pour maintenir l'attention en visioconférence.
- Adapter outils et posture au format distanciel.

Module 5 : Préparer son intervention (1h30)

- Définir son objectif professionnel en amont de son intervention.
- Identifier l'enjeu de sa prise de parole.
- Gérer son stress pour développer son impact.

Module 6 : Structurer son discours (2h)

- Construire une introduction qui capte l'attention.
- Organiser ses idées et développer une argumentation claire et convaincante.
- Structurer son intervention pour faciliter la compréhension et la mémorisation.
- Conclure de manière synthétique et impactante.

Module 7 : Argumenter efficacement et répondre aux objections (2h)

- Utiliser différents types d'argumentation.
- Adapter ses arguments à son interlocuteur.
- Écouter, reformuler et traiter les objections.

Module 8 : Improviser avec méthode (1h30)

- Structurer rapidement sa pensée sans préparation.
- Donner un avis clair et argumenté sur un sujet imprévu.

ORGANISATION & MODALITÉS PRATIQUES

- **Durée** : 14 heures (2 jours consécutifs)
- **Horaires** : 9h-12h30 / 13h30-17h
- **Lieu** : 36 rue d'Alsace Lorraine, 31000 Toulouse
- **Tarif** : 1800 € TTC (1500 € HT)

FORMATEUR RÉFÉRENT

Damien Laffon - Fondateur et formateur principal d'Impulse Formation.

Diplômé de Kedge Business School, certifié DISC, et formateur en prise de parole depuis 5 ans.

Il accompagne dirigeants, managers et équipes dans des entreprises comme **Airbus, Leboncoin, Betclic** ou **Alten**.

Président du **Club Éloquence**, il anime également le concept **Pitch&Beer**, dédié à la démocratisation de la prise de parole.

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

Mises en pratique intensives et exercices progressifs.

Simulations de prises de parole filmées.

Feedbacks individualisés et systématiques du formateur.ice.

MODALITÉS D'ÉVALUATION

État des lieux vidéo initial et final (comparatif d'évolution).

Mises en situation filmées : simulations et feedbacks.

QCM final pour valider la compréhension des concepts.

MODALITÉS DE CERTIFICATION

Mise en situation professionnelle simulée.

Questionnaire d'évaluation des acquis en ligne.

Validation des 6 compétences du référentiel RS7622.

CERTIFICATION PRÉPARÉE

Cette formation prépare à la certification **RS7622 "Prendre la parole en public ou en face-à-face avec impact"** délivrée par **Pollen Conseil** et enregistrée au Répertoire Spécifique par la décision de la commission de la certification professionnelle de **France Compétences du 26/06/2026** et dont la date d'échéance de l'enregistrement sera le 26/06/2029.

Cette certification rend la formation **éligible au financement CPF**

ACCESSIBILITÉ & DÉLAI D'ACCÈS

Accessibilité handicap : adaptation du rythme, du matériel ou du lieu selon les besoins (sur demande).

Délai d'accès : inscription au moins **14 jours avant le début de la session**.

CONTACT

Impulse Formation

 damienlaffon.coaching@gmail.com

 06 66 95 35 72

Dernière mise à jour le 25/08/2026