

# CM 202 - Prendre la parole en public

## - 2 jours -

### Public concerné :

Toute personne ayant à s'exprimer en public.

### Objectifs :

Être capable:

- De traiter son trac devant un public.
- D'appliquer des techniques et méthodes facilitantes de l'aisance en prise de parole en public.
- D'utiliser des techniques facilitantes pour captiver son public .
- D'évaluer son intervention pour s'améliorer .

### Prérequis :

Cette formation ne nécessite aucun prérequis.

### Durée

(14 heures)



### Prix inter \*

980 € HT / pers

Devis intra individuel & forfait groupe sur demande

### Les points forts

- Un **processus** structuré adaptable à tous domaines.
- Des **techniques** simples d'optimisation de prise de parole et gestion du trac.
- Des **exercices** pratiques.

### Le + CD COACHING

Vous bénéficiez **d'une heure** de soutien d'intégration des connaissances **incluse**.

Ce suivi téléphonique ou "Visio", individuel et personnalisé, est à utiliser dans les 30 jours après la formation.

## Programme de la formation

### 1. Identifier le rapport cerveau/émotions.

- Définir les bases du fonctionnement du cerveau.
- Définir le rôle des émotions.
- Définir les fonctions des 3 strates du cerveau dans la gestion des émotions.

### 4. Captiver et convaincre son public.

- Créer un processus d'intérêt.
- Utiliser le storytelling.
- Argumenter de façon performante et efficace.

### 2. Traiter le trac.

- Comprendre le trac.
- Utiliser les outils de gestion du trac.

### 5. Traiter les questions et objections.

- Identifier les types d'objections.
- Répondre aux objections.

### 3. Installer les conditions d'une prise de parole en public réussie.

- Se préparer à la prise de parole en public.
- Réussir son intervention dès le début (et jusqu'au bout).

### 6. Evaluer son intervention et l'améliorer.

- Obtenir un feed-back à chaud.
- Auto-évaluer son entretien.



### Contact :

06 38 70 89 19  
contact@cdcoaching.fr

\* Calendrier des dates inter disponible sur cdcoaching.fr