

Se Perfectionner à la Prise de Parole en Public

Lien : https://maroc-performance.com/formation/se-perfectionner-a-la-prise-de-parole-en-public

DURÉE
3 jours (21h)

RÉFÉRENCE
DP178

CATÉGORIE
Prise de Parole en Public et Présentations Orales

Maroc Performance

OBJECTIFS DE LA FORMATION

À l'issue de cette formation, vous serez capable de :

- Etre capable de surmonter son trac
- Etre en capacité de prendre la parole à l'improviste
- Savoir exprimer clairement ses idées
- Savoir gérer son temps de parole
- Gagner en clarté
- Se centrer sur son auditoire
- Savoir utiliser les techniques efficaces de présentation
- Adopter un comportement efficace dans les échanges
- S'affirmer dans ses interventions
- Etre en mesure de parler sans lire ses notes

👥 POUR QUI ?

- ✔ Manager
- ✔ Cadre
- ✔ Ingénieur
- ✔ Chef de projet prenant régulièrement la parole en public

Maroc Performance



Programme détaillé

1 / Mieux se connaître à l'oral : le préalable indispensable

- Surmonter son trac : ne plus le subir, savoir l'utiliser
- Repérer ses qualités et ses points de progrès

2 / Se donner toutes les chances de réussir sa prise de parole

- Développer sa confiance en soi pour prendre toute sa place
- Mettre en adéquation l'image que l'on souhaite projeter avec l'image perçue par les autres
- Harmoniser sa voix, son geste, sa posture et son regard au discours
- Jouer du silence

3 / Se préparer à la prise de parole en public

- Se libérer des inhibitions psychologiques et des tensions physiques pour être présent
- Travailler sa voix, ses gestes, son regard, sa respiration, les silences

4 / Structurer clairement son intervention

- Identifier les caractéristiques et les attentes de son auditoire pour adapter son message
- Analyser objectivement le contexte dans lequel chacun intervient

5 / Présenter clairement ses idées

- Organiser sa réflexion
- Déterminer son objectif pour garder le cap

Maroc Performance

- Structurer son message
- Formuler un exposé efficace et adapté

6 / Renforcer ses qualités d'écoute et d'adaptation

- Décoder le vrai message de son interlocuteur
- Pratiquer l'art du questionnement et de la reformulation

7 / Connaitre les pièges de la communication pour les éviter

- Repérer les pièges des questions
- Identifier ce qu'il y a derrière les mots

8 / S'affirmer dans sa prise de parole

- Asseoir sa présence
- Développer son sens de la répartie
- Maintenir une posture de meneur durant la présentation

⚗ Approche pédagogique

- ✔ Support Ecrit et Projection
- ✔ Exposés Interactifs, Podcasts et Vidéos
- ✔ Brainstorming et Jeux de Rôle
- ✔ Mises en Situation pour faciliter l'assimilation
- ✔ Cas Pratiques et Labs inclus pour leur impact opérationnel
- ✔ Test de Validation des Acquis des Connaissances

Maroc Performance

Prochaines dates programmées

24 au 26 Fév. 2027	Présentiel - Casablanca
21 au 23 Avr. 2027	Présentiel - Casablanca
16 au 18 Juin 2027	Présentiel - Casablanca
18 au 20 Août 2027	Présentiel - Casablanca
20 au 22 Oct. 2027	Présentiel - Casablanca

Autres dates possibles sur demande. Contactez-nous pour organiser une session intra-entreprise.

Réservation & Renseignements

Téléphone : +212 522 247 210
Email : contact@maroc-performance.com
Web : https//www.maroc-performance.com

Maroc Performance — Tous droits réservés

Maroc Performance