



**RAISONANCES**  
*Révéléateur de talents*

DEPARTEMENT FORMATION

- Durée de la formation  
3 jours

---

- Dates et Lieu  
A définir

RAISONANCES Vannes ou Lorient

---

- Intervenantes  
Brigitte DANIEL  
Christine LEGENDRE  
Monique SANDRIN

---

- Tarif inter-entreprises  
1220 € net de taxes par personne,  
déjeuner inclus + frais de déplacement

Tarif intra-entreprise  
1145 € net de taxes + déjeuner + frais de  
déplacement

---

- Formations  
Accueil physique et téléphonique  
Coaching  
Cohésion d'équipe  
Conduire une réunion efficace  
Conduire un entretien de recrutement  
Conduite des Hommes  
Diriger et motiver ses collaborateurs  
Entretien annuel et professionnel  
Gérer une clientèle difficile  
Gestion des conflits dans l'équipe  
Gestion du stress  
Management situationnel  
Relation clientèle

➔ **S'exprimer en milieu professionnel**

Techniques de communication  
Techniques commerciales  
Tutorat et parcours d'intégration

## S'EXPRIMER EN MILIEU PROFESSIONNEL

- Objectif  
Développer ses aptitudes personnelles d'expression orale et optimiser les techniques de prise de parole en public.

- Public concerné  
Toute personne en situation de prise de parole à l'intérieur ou à l'extérieur de l'entreprise.

- Déroulement

- Cerner le contexte et les enjeux de la prise de parole : le public, l'environnement, le thème, l'orateur.
- Identifier son style de communication et celui des autres : atouts / freins en prise de parole ; développer la connaissance de soi et la confiance en soi.
- La communication non verbale : repérer les causes du trac et ses conséquences sur la prise de parole, apprendre à mieux le gérer. Savoir respirer. Mieux comprendre l'impact de la gestuelle.
- La communication verbale : bien articuler, savoir jouer avec l'intonation.
- S'entraîner à improviser, savoir argumenter, réfuter et contre-argumenter.
- Apprendre à structurer son intervention, à utiliser les plans les plus adaptés aux contextes : plan linéaire, plan par point de vue, plan résolution de problème...
- Mises en situation et jeux de rôle avec analyse de la prise de parole et identification des sources d'efficacité.

- Outils pédagogiques

- Alternance d'auto diagnostic, d'exercices, d'apports théoriques et d'échanges.
- Mises en situation et jeux de rôle à partir de cas fictifs et concrets rencontrés par les stagiaires ; de l'improvisation informelle à la préparation formalisée
- Plan d'action et mise en place d'objectifs d'amélioration.
- Validation des acquis de la formation.

- Application concrète dans l'entreprise

La démarche progressive alternant théorie et application pratique permet une meilleure appropriation individuelle des techniques de prise de parole.

Contact : Christelle BERNARD-NETO ☎ : 02.97.54.21.29  
vannes@raisonances.com