

PRISE DE PAROLE SCÉNIQUE ET ÉVÉNEMENTIELLE

1 jour (à titre indicatif)

PRÉPARER ET RÉPÉTER VOTRE PRISE DE PAROLE PUBLIQUE OU CAMÉRA EN VUE D'UN ÉVÉNEMENT

Cette formation s'adresse à des professionnels déjà initiés à la prise de parole en public, confrontés à des situations à fort enjeu, dans des contextes exigeants : grandes audiences, grandes scènes, jeux de lumière, diffusion live ou captation vidéo, environnements impressionnants par leur technicité ou leur solennité. Qu'il s'agisse d'interventions en conférence, d'événements d'entreprise, de talks, de présentations stratégiques ou de discours institutionnels, les orateurs doivent maîtriser bien plus que le fond de leur message. Ils doivent s'adapter à l'espace, à la lumière et la distance, projeter leur voix, incarner leur discours avec justesse, sincérité et assurance. Dans ces conditions, une simple aisance ne suffit plus. Il devient nécessaire d'affiner sa présence scénique, d'approfondir ses techniques d'expression et de gérer le trac avec précision, afin de renforcer l'impact de sa prise de parole et de s'adapter à des configurations professionnelles de plus en plus rigoureuses.

PROGRAMME INDICATIF DE LA FORMATION INTRA

L'ÉTAT OPTIMAL DE L'ORATEUR

- › Relaxation : ancrage corporel et libération des tensions
 - maîtriser sa voix : projection, justesse, respiration adaptée aux grands espaces
 - gérer son trac et son stress dans des contextes impressionnants ou solennels
- › Échauffement corporel et vocal adapté à la scène
- › Appropriation affective : alignement entre émotion, intention et message

Mise en situation et débriefing individualisé

ADAPTER SON SCRIPT

- › Identifier sa prosodie : rythme, intonation, pauses
- › Clarifier le "pourquoi" de sa prise de parole : travailler l'intention et le message clé
- › Travailler le rythme pour clarifier et dynamiser : structuration du discours pour maintenir l'attention
- › Élaborer une "mise en page orale" adaptée à une diffusion scénique (volume, ruptures, silences, variation de ton)

Mise en situation et débriefing

SE PRÉPARER À PRENDRE LA PAROLE

- › Répéter sa prise de parole : ancrer les enchaînements, ajuster à l'espace
- › Créer du dynamisme : gestion des déplacements, occupation scénique, gestuelle métaphorique
- › Pratiquer des ruptures dans le discours pour capter et relancer l'attention
- › Analyser sa prestation : retours filmés, axes d'amélioration spécifiques

Entraînement individualisé pour s'approprier les outils et travailler ses axes d'amélioration
 Élaboration d'un plan d'action autonome pour prolonger la formation

OBJECTIFS

Adapter son script à son style et sa prosodie.
 Incarner son speech.
 Anticiper les besoins techniques.
 Gagner en aisance, en efficacité et en confiance en soi.

LES PLUS DE CETTE FORMATION

Des astuces éprouvées empruntées à la pratique théâtrale, facilement transférables à ses contextes de communication en entreprise ou en public
 Une prise de conscience de sa posture, de ses intentions et de son "personnage public", pour incarner pleinement son message
 Des mises en situation scéniques immersives, permettant de travailler la prise de parole dans toute sa dimension expressive : posture et expression corporelle, maîtrise vocale, travail sur la lumière et l'espace, gestion du trac et du stress de l'orateur
 Des techniques et des points de repère pour continuer à évoluer et à affiner ses prises de parole dans la durée

PROFIL DES PARTICIPANTS

Toute personne préparant une prise de parole à fort enjeu (conférence, vidéo live, speak, talk, présentation etc.)
 Il est nécessaire de disposer d'une première pratique de la prise de parole en public et d'avoir préparé un script à l'avance. Français courant requis

SUIVI ET ÉVALUATION

Feuille d'émargement et attestation de fin de formation
 Évaluation à chaud et à froid

MODALITÉS PRATIQUES

Réf : YPPS
 Formacode : 15012 /
 Formation intra sur-mesure : le contenu pédagogique, les modalités de réalisation et la tarification font l'objet d'une proposition personnalisée. Votre demande est traitée en temps réel par une équipe dédiée qui vous accompagne dans le suivi de votre formation.