

Public visé :

La formation certifiante s'adresse aux professionnels amenés à prendre la parole en public de façon impactante en situation professionnelle, que ce soit pour une réunion, une soutenance, une présentation, un discours, une conférence, etc. ou à tout instant de la vie professionnelle où il est demandé de prendre la parole avec impact devant un public.

SOLUT-IS est en mesure d'étudier ([sur demande préalable](#)) l'adaptation des moyens pédagogiques et techniques en fonction de votre situation d'handicap. Référent qualité : Nathalie LECLEF

Pré-requis :

Être amené à réaliser des prises de parole en public impactantes dans son contexte professionnel.
Justifier d'une expérience professionnelle d'un an minimum dans un poste dans lequel le candidat est amené à communiquer quotidiennement à l'oral avec des acteurs internes et/ou externes (collaborateurs, clients, commanditaires, partenaires...).

Certification visée :

La formation prépare « Prise de parole en public », enregistrée le 27/10/2025 [sous le numéro RS 7336 de France détenue par Manitude](#)



Durée / Tarifs :

Modalité 1 : 50 % synchrone + 50 % e-learning
Tarif : 1 500 € TTC pour 30 heures sur 4 mois

En distanciel : 14 heures synchrone
7 séances de 2 heures synchrone + 16 heures asynchrone d'e-learning et travaux personnels

En présentiel : 15 heures synchrone
5 demi-journée journée de 3 heures synchrone + 15 heures asynchrone d'e-learning et travaux personnels

Modalité 2: 100 % synchrone
Tarif : 3 100 € TTC pour 34 heures sur 4 mois

En distanciel : 28 heures synchrone
14 séances de 2 heures synchrone + 6 heures asynchrone d'e-learning et travaux personnels

En présentiel : 30 heures synchrone
5 jours de 6 heures synchrone + 4 heures asynchrone d'e-learning et travaux personnels



Objectifs pédagogiques :



La communication est centrale dans l'exercice de nos fonctions. Savoir structurer sa communication, captiver son auditoire et transmettre des messages avec impact fait partie des compétences clés de notre réussite et de notre épanouissement professionnel. Que ce soit pour présenter un projet, animer une réunion – prendre la parole face à public -, avec authenticité et conviction, tout en favorisant les échanges, est une véritable source de réalisation. Ces compétences, transversales et applicables dans tous secteurs professionnels sont un levier pour valoriser son expertise et renforcer son employabilité.

Compétences visées :

A l'issue de la formation, vous serez en mesure de :

- Préparer sa prise de parole en public, en identifiant les objectifs visés et en structurant un plan détaillé et logique de son discours
- Initier une prise de parole en public, en utilisant une accroche impactante, en introduisant clairement le sujet et les objectifs de l'intervention
- Dynamiser sa prise de parole en public en mobilisant des techniques de communication verbale et non verbale variées en fonction des messages transmis et de l'environnement, et en illustrant ses propos par l'utilisation de techniques créatives et percutantes
- Gérer les interventions imprévues du public (questions, objections, dérangements, etc.), via les techniques d'écoute active
- Conclure sa prise de parole en public de façon marquante, en rappelant les messages clés et en utilisant une technique d'ancrage positif adaptée à l'ensemble des interlocuteurs

Contenus :

Module 1 : Les enjeux, les règles de la communication et la prise de parole en public

- Appréhender les règles fondamentales de la communication en situation professionnelle.
- Identifier des attitudes de dysfonctionnement pour ne plus y tomber.
- Comprendre les mécanismes d'écoute et de motivation pour maintenir l'attention.

Module 2 : Sa posture de communicant

- Développer sa connaissance de soi pour incarner un leadership authentique, adopter une posture de confiance et d'accueil, congruente avec sa personnalité, afin de communiquer avec conviction.
- Préparer sa prise de parole en public en identifiant les objectifs visés et en structurant un plan détaillé et logique de son discours, adapté au contexte, à l'environnement, au temps alloué, et au public cible (y compris en situation de handicap).
- Analyser les attentes du public pour adapter son discours et renforcer l'impact des messages clés. Adapter sa communication à tous les interlocuteurs, y compris les personnes en situation de handicap, afin que les messages soient entendus, compris et acceptés.
- Maîtriser ses états émotionnels (trac, stress) pour une communication fluide.

Effectif par session :

En présentiel : 3 à 6 stagiaires (min-max)
En distanciel : 4 à 9 stagiaires (min-max)

Intervenante : Nathalie LECLEF

Fondatrice et responsable depuis 2008 SOLUT-IS (Coaching, Formation, Bilan de compétences)
Auparavant, 14 ans en management de centre de profit dans les métiers de l'ingénierie
Praticienne certifiée en coaching structurel
Maître Praticien certifié Ennéagramme et PNL
Certifiée sens de la vie – sens du travail niveau II
Membre de l'Association Française de Psychologie Existentielle
Coach en neurosciences / neuropraticien



Délais et Modalités d'Accès :

Délai d'accès variables selon les financements. Merci de prendre contact : conseil@solut-is.fr pour étudier votre dossier.

Dans le cas des formations éligibles au CPF, un délai de 14 jours calendaires minimum s'appliquera entre la validation de votre dossier et l'entrée en formation (Art. L221-18 du Code de la Consommation, CGUV ED0F)

Modalités d'Assistance Technique et pédagogiques :

Tout au long de la formation, les stagiaires ont accès à l'agenda en ligne de la formatrice pour prendre des rendez-vous de 15 minutes ou d'1 heure pour une assistance individuelle. L'ensemble des ressources documentaires est disponible sur un espace partagé et sécurisé (Google Classroom), y compris une messagerie.

Module 3 : L'animation et la prise de parole

- Initier une prise de parole en public en utilisant une accroche impactante et en introduisant clairement le sujet et les objectifs de l'intervention.
- Établir le contact visuel avec son public et conserver une posture stable et ouverte pour capter l'intérêt et l'attention
- Dynamiser sa prise de parole en public en mobilisant des techniques de communication verbale et non verbale variées en fonction des messages transmis et de l'environnement.
- Illustrer ses propos par des techniques créatives et percutantes pour favoriser l'adhésion du public et maintenir son attention.

Module 4 : La gestion de situations de communication difficiles

- Comprendre les différents types de conflits et les sources de déclencheurs en tenant compte des enjeux et motivations de tous les interlocuteurs.
- Se préparer et gérer les interventions imprévues du public (questions, objections, dérangements) via les techniques d'écoute active et de questionnement.
- Disposer de techniques de médiation pour gérer les situations : clarifier les demandes et répondre de manière constructive et adaptée, tout en gardant le fil conducteur de son discours et en gérant son timing, pour préserver un environnement serein et favorable à l'engagement du public.
- Conclure sa prise de parole de façon marquante, en rappelant les messages clés et en utilisant une technique d'ancrage positif adaptée pour renforcer l'efficacité du discours en lien avec les objectifs visés.

Modalités pédagogiques / Organisation :

Pour vous permettre de développer ces champs de compétences, SOLUT-IS propose une approche alliant partage de concepts théoriques et mise en pratique. Au cours des sessions :

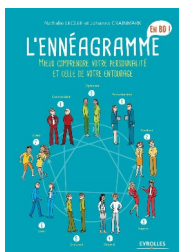
- seront explicités des concepts clés dédiés à la communication, issus de la Programmation Neuro-Linguistique (PNL), de la typologie de l'Ennéagramme, de l'Analyse Transactionnelle et de la Communication Non Violente (CNV).
- seront réalisés des tests, exercices, cas pratiques et mises en situation, inspirés de l'expérience terrain de Nathalie Leclef (14 ans de management de centres de profits et consultante en bilan de compétences et formatrice professionnelle depuis 2008).
- seront travaillés des cas pratiques apportés par les participants.

Pour le **cursum 50 % hybride** : les concepts théoriques sont principalement dispensés en e-learning.
Pour le **cursum 100 % présentiel** : l'intégralité des sessions est animée en petits groupes par Nathalie LECLEF.

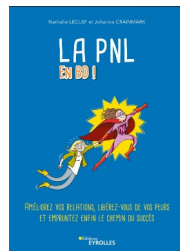
Entre chaque session : En complément des modules e-learning et des sessions synchrones, des travaux personnels, bibliographies et vidéos sur les thèmes abordés seront proposés via la plateforme Google Classroom de SOLUT-IS. À la fin de chaque session, un ou plusieurs objectifs à atteindre pour la prochaine séance seront définis. Celle-ci débutera par un retour d'expérience et une vérification des objectifs fixés, en préparation à la certification.

Bibliographies de la formatrice : Nathalie LECLEF :

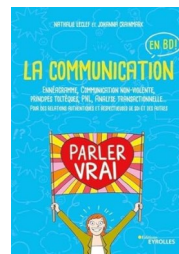
« L'Ennéagramme en BD », Éditions Eyrolles
parution 2017



« La PNL en BD », Éditions Eyrolles
parution 2019



« La Communication en BD », Éditions Eyrolles
parution 2023



« L'Ennéagramme au travail en BD », Éditions Eyrolles
parution 2025



Modalités d'évaluation :

Le stagiaire est évalué par SOLUT-IS :

Mise en situation professionnelle de prise de parole en public impactante, sous la forme d'une préparation écrite de sa prise de parole et d'une simulation devant le jury d'évaluation, suivie d'une séquence de questionnement.

Le candidat sera évalué par un jury professionnel composé de 2 membres :

- 1 membre salarié de l'organisme de formation SOLUT-IS
- 1 membre externe à l'organisme de formation SOLUT-IS

Les évaluateurs doivent justifier d'une expérience professionnelle d'au moins 3 ans dans l'un des domaines suivants :

- ✓ Communication orale ou interpersonnelle,
- ✓ Formation professionnelle en expression ou communication,
- ✓ Coaching en communication, développement personnel ou accompagnement professionnel,
- ✓ Théâtre, expression scénique ou média training,
- ✓ Ou toute fonction impliquant la prise de parole en public (animation, direction, conduite de réunion, présentation commerciale, etc.).

La décision finale sera donnée par le certificateur Manitude au cours d'un jury de délivrance de certification. En cas de réussite, un certificat de compétences sera édité par Manitude et sera remis à l'apprenant.

Moyens Techniques et Matériels :

Modalité Présentiel :

SOLUT-IS garantit une réalisation optimale grâce à : une salle de formation de 30 m² dédiée, du matériel adapté : écran de projection, paperboard, accès Wi-Fi, blocs-notes, stylos et bouteilles d'eau pour chaque participant, un parking situé dans une zone commerciale à proximité de restaurants, conformément au 5^e critère des Établissements Recevant du Public (ERP)

Modalité Distanciel :

SOLUT-IS s'assure d'une réalisation optimale par le biais de la plate-forme ZOOM pour réaliser la visioconférence et de la mise en place d'un partage de données via la plate-forme LMS Google Classroom

maj 08/04/2026