



FEEL ACADEMY - Intelligence émotionnelle et communication assertive
Valérie ZOCCOLA FORMATION – Entreprise individuelle
☎ 06 11 83 58 46 - feelacademy06@gmail.com
Site Internet : www.feelacademy.net – Fb : Feel Academy
SIRET 50968674700049

Enregistré sous le numéro 93.06.07071.06 auprès de la Dreets PACA. Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat

PROGRAMME DE FORMATION

PRENDRE LA PAROLE EN PUBLIC EN SITUATION PROFESSIONNELLE AVEC IMPACT Durée : 14 heures

Certification visée : la formation prépare à la certification détenue par Manitude, enregistrée le 27/10/2025 sous le numéro RS7336 au Répertoire Spécifique de France Compétences.

Lien vers la fiche de France Compétences :

<https://www.francecompetences.fr/recherche/rs/7336/>

Compétences développées :

- 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

↳ Objectifs détaillés et contenus :

Module 1 : Préparer sa prise de parole en public en identifiant les enjeux, le format, les objectifs, le contexte, le public (y compris en situation de handicap) et en prenant appui sur la linguistique neuro émotionnelle **afin de renforcer l'impact et la clarté des messages clés**

- Savoir identifier les enjeux et les éléments de contexte lors d'une prise de parole en public
- Préparer sa prise de parole à partir d'une trame QQQCCP
- Rédaction de son discours : approche par la linguistique neuro-émotionnelle (neurosciences affectives) : comprendre la différence entre impact émotionnel et rationnel lors d'une prise de parole en public

- Linguistique et sémantique : sens des mots, connotations, champs lexicaux
- Différence entre langage descriptif et langage performatif
- Utilisation des métaphores, anecdotes, « phrases-signatures »
- Développer une accroche narrative

Module 2 : Initier une prise de parole en public en prenant appui sur l'Intelligence émotionnelle et comportementale **afin de susciter la curiosité et capter l'attention de son public dès le démarrage**

- **L'effet de primauté** ou première impression : développer la conscience de soi et la confiance en soi pour optimiser sa communication verbale, paraverbale et non verbale.
- Connaître les 4 axes de l'intelligence émotionnelle et comportementale pour développer la conscience de soi et de l'autre lors d'une prise de parole en public
- Développer son ancrage relationnel afin « d'accrocher » l'attention par une technique d'ouverture impactante en lien avec son contexte ou son sujet d'intervention.
- **L'effet contagion** : communiquer sa motivation et exercer une influence positive sur ses interlocuteurs dès le début de son discours
- Identifier son style de charisme et son type oratoire afin de se positionner en communicant inspirant.
- Travail sur la voix et le regard – Exercices inspirés des techniques de théâtre.

Module 3 : Dynamiser sa prise de parole en public en mobilisant différents styles oratoires et en illustrant ses propos par des techniques inspirantes (storytelling, anecdote, fait surprenant, etc.) **afin de favoriser l'adhésion du public tout en maintenant son attention par les trois dimensions d'une communication impactante.**

- Mobiliser la technique de communication correspondant à ses enjeux, objectifs et aux différents styles oratoires : orateur inspiré, orateur conteur, orateur structuré.
- Dynamiser sa prise de parole grâce aux trois piliers : Posture/Puissance/Perspectives (gestion de l'espace, de la gestuelle, du discours)
- Développer la congruence entre sa communication verbale et non verbale pour permettre l'authenticité et la crédibilité des messages transmis.
- Utiliser les émotions pour inspirer son auditoire.
- Investir les trois dimensions d'une communication impactante : Logos/Pathos/Ethos (Informer, convaincre, émouvoir).
- Favoriser l'adhésion et l'attention grâce aux techniques créatives et marquantes (storytelling, anecdotes, accroche décalée...).

Module 4 : Gérer les interventions imprévues du public grâce à l'écoute active et à 4 approches en communication (bienveillante, assertive, alternative et constructive) afin de maîtriser le temps et favoriser **des interactions positives avec son public**

2

- Gérer ses propres émotions en situation de stress pour maîtriser son comportement. Utiliser des techniques de respiration (cohérence cardiaque).
- Détecter les premiers signes d'une situation imprévue.

- Traiter les désaccords ou oppositions de façon objective et constructive pour maintenir la qualité relationnelle.
- Répondre aux questions tout en gardant la maîtrise du temps de parole.
- Maîtriser et mobiliser les techniques d'écoute active, bienveillante, assertive et constructive afin de faire face à toutes les situations et interagir sereinement avec le public : DESC, 3F, AGIR©.
- Prévoir l'articulation de son intervention (par exemple conférence suivie d'un temps d'échanges ou questions au fil de l'intervention).

Module 5 : Conclure sa prise de parole en public de façon synthétique et ouverte afin de marquer les esprits et ouvrir de nouvelles perspectives adaptées au sujet, au contexte et au public

- Soigner l'étape de la synthèse : rappeler les messages clés lors de la conclusion de l'intervention
- Utiliser une technique d'ancrage positif au moment de la conclusion pour marquer ses interlocuteurs.
- Créer une ouverture, donner des perspectives ou inciter à une action (engagement, demande d'informations complémentaires, présentation d'un événement ultérieur...)
- Simulation d'une prise de parole en public complète avec analyse et amélioration.

↪ **Public concerné :**

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, ou à tout instant de la vie professionnelle où il est demandé de prendre la parole avec impact devant un public.

↪ **Prérequis :**

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 vous êtes amené à communiquer quotidiennement à l'oral avec des acteurs internes et/ou externes (collaborateurs, clients, commanditaires, partenaires...). Ces prérequis seront validés au travers d'un dossier d'admission.

↪ **Résultats attendus :**

- Formaliser ses objectifs de communication visés par une prise de parole en public.
- Développer une image positive pour inspirer ses interlocuteurs.
- Démarrer son intervention de manière impactante et avec un sentiment d'assurance
- Adapter sa communication à tous les profils de personnes, y compris les personnes en situation de handicap.
- Gagner en aisance dans sa prise de parole pour valoriser son image et/ou sa marque.
- Dynamiser sa communication verbale/paraverbale et non verbale afin de susciter l'intérêt et maintenir l'attention de son auditoire
- Gérer les imprévus et maîtriser le cadre de son intervention
- Conclure de manière impactante et inciter éventuellement à l'action

↳ Modalités pédagogiques et organisation de la formation :

Remise de livrets de formation, approche théorique, mises en pratique, simulations de prise de parole, tests (styles oratoires et styles de charisme), jeux inspirés du théâtre, échange d'expériences.

Suivi : feuilles d'émargement et attestation de formation.

↳ Lieu :

En présentiel : 1178 route du Bord de Mer – 06700 Saint-Laurent du Var ou 403 ch. du Trastour – 06330 Roquefort les Pins. En distanciel synchrone : plateforme Zoom.

Assistance technique : Valérie Zoccola – 06 11 83 58 46 – feelacademy06@gmail.com

Salles accessibles PMR et possibilité d'aménagement pour toute personne à besoins spécifiques (contact : Valérie Zoccola).

↳ Modalités d'évaluation de la formation :

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

- 1 membre externe à l'organisme de formation

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.

Responsable de formation : Valérie Zoccola.

Fondatrice de la Feel Academy et conférencière, je suis Praticienne/formatrice spécialisée en communication bienveillante/assertive et en intelligence émotionnelle et possède une expertise pédagogique depuis plus de 30 ans auprès de particuliers, salariés, éducateurs, chefs d'entreprises, étudiants et dirigeants d'associations. J'accompagne des managers en prise de poste/créateurs d'entreprise qui doivent développer des compétences en prise de parole en public pour animer des réunions et/ou des conférences.

Création et animation de la Journée de l'Intelligence Emotionnelle en partenariat avec la ville de Mougins depuis 2024, dans le cadre des Semaines d'Information sur la Santé Mentale.

↳ **Durée de la formation** : 14h à 28h. ↳ **Tarif** : en fonction de la durée (le tarif respecte le nouveau plafond CPF RS). ↳ **Inscription** : entretien de positionnement, bulletin d'inscription à envoyer pour valider toute inscription à : feelacademy06@gmail.com.