

Prendre la parole en public avec l’approche Speak’in Colors©

Objectifs de formation

- Développer sa communication orale au service de ses idées et projets avec l’approche Speak’in Colors©

Objectifs pédagogiques

- Se familiariser avec les clefs pour prendre la parole
- Découvrir son champ couleur et sa typologie de prise de parole
- Surmonter le trac et son stress avant une prise de parole
- Maîtriser les quatre niveaux de conviction d’un message

- Prendre la parole en réunion, en réunion de service, réunion d’équipe
- Convaincre dans le cadre de briefs, de modules d’information

Durée : 02 jours -14 heures

Mise à jour le : 6 octobre 2026

Présentiel : Présentielou Classe virtuelle

Tarifs :

Tarif Inter : 1485 €
Test SIC inclus
(Valeur 150 € HT)

Dates :

Les 20, 21 Aout 2026

Les 10, 11 Septembre 2026

Les 14, 15 Décembre 2026

Les 02, 03 Mars 2027

Les 24, 25 Mai 2027

Prérequis

- Aucun

Public

- Tout professionnel souhaitant améliorer sa prise de parole

Programme

Stress, peur, trac : comprendre son propre système de défense

- La parole, la relation et la peur.
- Le kit émotionnel de base.
- Le « sac à dos » de la parole.
- Exercices
  Deux tests personnalisés sur la nature de vos peurs, de votre stress en situation d'oralité : Peurs Aidantes Non Aidantes PANA™, Stress et Système de défense StressSD™

Les essentiels de l'oralité

- Le langage verbal, paraverbal et non verbal.
- Les cinq clés de l'oralité.
- A chaque clés ses vertus et ses limites
- L'expression de nos émotions.
- L'oralité « à la française ! ».
- La structuration à l'anglo-saxonne.
- Exercice
  Lecture incarnée et jeu des émotions

Découvrir sa couleur authentique d'orateur, ce qui est visible pour les autres sans effort

- Les quatre couleurs de la parole : tribun, conteur, didacticien ou instructeur.
- La méthode ARROSE pour bien commencer son intervention.
- La verticalité et l'horizontalité de la parole.
- Le curseur parole / relation
- La découverte pour chacun de sa couleur de prise de parole
- Exercice
  Analyse de vidéos d'orateurs au filtre speak'in colors®.

Prendre la parole par tous les temps

- Le discours d'information, apprendre à transmettre un contenu avec clarté.
- Savoir centrer son intérêt et son énergie autours des messages clefs
- Le discours occasionnel, savoir valoriser une personne, un évènement, afin de donner de

l'énergie au groupe, en mobilisant les émotions du groupe
- Le discours de conviction, afin de valoriser un projet, donner des directives et des orientations à des équipes
- Exercice
  Le podium ! Trois exercices ludiques et concrets pour trois situations d'oralité à dépasser

Des techniques de préparation gagnantes

- Le mind mapping pour l'oralité, apprendre à transmettre un contenu avec clarté. Savoir centrer son intérêt et son énergie autours des messages clefs
- La répétition orale, afin d'installer la tonalité et les clefs de l'oralité sur la forme et le choix des mots clefs sur le fond
- L'usage de la vidéo, dans la préparation avec un simple téléphone portable pour l'installation de la tonalité et la signature
- Exercice
  Exercice de carte mentale pour la préparation et un exercice en support.

Développer sa connaissance de soi pour une préparation mentale personnalisée

- Maîtriser les notions de stress, de peur et de trac pour soi-même
- Protocole de cohérence cardiaque
- Protocole de visualisation positive
- Protocole de méditation pleine conscience pour l'oralité
- Exercice
  Exercice de cohérence cardiaque pour l'oralité

Et vous quelle est votre couleur ?

De nos jours, la communication est devenue une compétence transversale à l'ensemble des fonctions de l'entreprise, influençant les performances de certaines fonctions (managers, marketing, commerciaux, assistant/e/s…)
Prendre la parole dans le cadre professionnel est une situation fréquente avec des objectifs variables : convaincre, fédérer, rassurer, motiver, informer, vendre, transmettre, recadrer, ouvrir une conférence, fixer des objectifs, etc.
Autant de situations où il faut se jeter à l'eau !

Pour la plupart d'entre nous, il est donc courant de ressentir du stress dans les heures ou les jours qui précèdent l'intervention, aucune formation à la prise de parole en public nous a été dispensée pendant nos études supérieures.
Dédramatisons, grâce à la méthode Speak'in Colors chacun se découvre une identité d'orateur,
Votre Authenticité sera la clé d'une prise de parole réussie !
Formez sans tarder tous les orateurs de votre entreprise, et gagnez en impact !

Pour la 1ère fois, chacun peut se distinguer non plus en termes de performance ou de résonance émotionnelle mais par son style oral.
Didacticien, tribun, conteur, instructeur
A partir de votre style oral notre enseignement s'appuie sur de la méthode pour donner plus de confiance et installer chacun dans son style oral.
Sur ces fondamentaux, les outils et les techniques permettent à chacun de répondre à ses objectifs et trouver sa singularité.
Notre approche est 100% différente de ce qui existe déjà !

En savoir + sur Speak'in Colors©. Le 1er outil modélisant de la prise de parole en France, c'est ici

ORDIA représentant exclusif de SPEAK'IN COLORS à la Réunion et Mayotte propose des cursus pour accompagner en INTER des parcours individuels et en INTRA des projets de développement professionnel (formation continue, Coaching, Transition de carrière)

Modalités pédagogiques

- Formation, coaching et co-développement
- Présentiel ou classe virtuelle, blended
- Alternance d'apports théoriques et pratiques
- Exercices d'applications
- Document de synthèse remis à l'issue de la formation

Modalités d'évaluation des acquis

- L’évaluation est réalisée avant démarrage et tout au long de la formation à travers différents moyens (recueil des attentes, réunion de cadrage, mises en situation, training vidéo, quiz…).Le stagiaire évalue sa progression et ses acquis à l’issue de la formation. L’intervenant valide la progression du stagiaire et précise les outils utilisés pour la validation des acquis

Financement

- OPCO sous conditions
- Entreprise
- Individuel

Dates et horaires

- Intra-entreprise en concertation avec l’entreprise
- Inter-entreprises, selon planning de formation ORDIA
- Horaires de 8h30 à 12h00 et de 13h00 à 16h30

Le bâtiment est accessible aux personnes à mobilité réduite (PMR), pour tout autre handicap, nous contacter pour mise en place des moyens de compensation. Les services proposés sont accessibles à tous sous couvert :

- que l’information soit transmise suffisamment en amont aux équipes afin de permettre la mise en place des moyens de compensation
- que les moyens de compensation n’appartenant pas au centre puissent effectivement être mis en place (interface de communication…)
- que la formation envisagée soit compatible avec le handicap.

Référent handicap et personnel sensibilisé

Prévention des ruptures de parcours en formation

- Création d'un climat bienveillant et inclusif dès le démarrage pour favoriser l'implication de chacun.
- Identification des niveaux et besoins individuels afin d'adapter le rythme et les explications (tour de table).
- Méthodes pédagogiques variées (démonstrations, cas pratiques, échanges collectifs) pour maintenir l'attention et l'intérêt.
- Questions fréquentes de la part de l'intervenant/e et valorisation des apports des participant·e·s pour renforcer l'engagement.
- Temps de reformulation ou appui individuel si nécessaire afin d'éviter le décrochage.