

## Un parcours d'acquisition des connaissances de nos formations :

- Formations entre 1/2 journée et 12 mois
- Pédagogie synchrone et asynchrone
- Formation, coaching et co-développement
- Modalités : en présentiel ou en distanciel, blended (y compris e-learning)
- Accès : sur-mesure en intra-entreprise
- Assistance technique et pédagogique pour accompagner le bénéficiaire pendant les étapes de son parcours

[Voir les tarifs](#)

LA PERSONA INSTITUT  
FORMATION ET COACHING

Indicateurs de performance 2023 :

94%

Taux de satisfaction\*

86%

Taux de retour\*

La qualité c'est la confiance renouvelée !

\*Taux de retour aux questionnaires de satisfaction

## La prise de parole en CSE avec la méthode Speak'in Colors©

Vous souhaitez transformer vos interventions en CSE en véritables leviers de dialogue social ? Rejoignez notre formation "La prise de parole en CSE avec la méthode Speak'in Colors© " et découvrez comment articuler vos messages avec clarté et impact pour favoriser des échanges productifs et apaisés. Développez votre aisance oratoire et contribuez activement à un environnement de travail harmonieux et collaboratif.

### Accessibilité aux personnes en situation de handicap

Les personnes en situation de handicap peuvent contacter l'organisme de formation par mail (sylvie.thomas@lapersona.fr) afin que soit étudiée dans les meilleurs délais toute demande spécifique.

### Objectifs pédagogiques

- Acquérir des techniques oratoires pour structurer efficacement ses interventions lors des réunions de CSE.
- Développer la capacité à s'exprimer avec clarté et assurance, même dans des situations de tension ou de désaccord.
- Adapter son discours à son auditoire (membres du CSE, direction, salariés) pour maximiser l'impact des messages.
- Comprendre les principes de la méthode Speak'in Colors© et les appliquer dans la préparation et la délivrance de ses interventions.
- Apprendre à utiliser les différentes "couleurs" pour structurer un discours équilibré, persuasif et adapté au contexte du dialogue social.

### PUBLIC

- Membre de CSE, tous collègues, président

### PRÉ-REQUIS

- Pas de prérequis

### FORMAT

- 2 jours + 1 jour

### HORAIRE

- 9h00 - 17h00

## Formateurs

Experts en communication, gestion des conflits et méthode Speak'in Colors

# PROGRAMME DE FORMATION

## JOUR 1 : La prise de Parole en CSE et la découverte de sa couleur oratoire

### Introduction au Rôle de la prise de parole en CSE et à son importance

- Comprendre les missions et responsabilités du CSE.
- L'importance du dialogue social dans l'entreprise.

### Ouverture à la communication et à la Méthode Speak'in Colors

- Présentation des principes de Speak'in Colors.
- Introduction aux différentes couleurs oratoires et leur signification.

### Identification de sa Couleur Oratoire

- Exercices pratiques pour découvrir sa couleur dominante.
- Analyse des forces et des axes d'amélioration associés à chaque couleur.

### Techniques essentielles de la Prise de Parole en public

- Techniques de respiration et de gestion du stress.
- Exercices pour améliorer la diction et l'articulation.

## JOUR 2 : Structuration de ses interventions pour des demandes claires et assertives en CSE

### Structurer une Intervention Impactante en CSE

- Création d'une structure claire et logique pour une intervention en CSE.
- Utilisation de la carte mentale pour organiser les idées et maintenir l'attention.

### Priorisation de l'utilisation des supports visuels en CSE

- Principes des schémas, des chiffres, du texte et des images si besoin.
- Application de la méthode Effi'Speak© pour dynamiser les diapositives.

### Ateliers Pratiques de Prise de Parole en CSE (Réalisation d'enquêtes AT/PM, demande individuelle ou collective)

- Exercices d'expression orale en utilisant sa couleur oratoire dominante (Réalisation d'enquêtes AT/PM, demande individuelle ou collective).
- Simulations de réunions CSE avec feedback.
- Personnalisation et Adaptation des Discours en CSE.
- Techniques pour personnaliser la demande dans une démarche gagnant/gagnant.
- Prise en compte de sa couleur authentique pour un discours personnalisé avec la méthode Speak'in Colors.

## JOUR 3 : Sortir par le haut des communications plus difficiles en CSE (NAO, Droit d'alerte)

### Techniques de Communication Assertive

- Principes de la communication assertive.
- Techniques pour affirmer son point de vue sans agressivité.
- Exercices pratiques pour renforcer l'assertivité.

### Techniques de Négociation et de Résolution de Conflits

- Principes de base de la négociation en CSE.
- Techniques pour trouver des solutions gagnant-gagnant.
- Ateliers pratiques pour mettre en œuvre ces techniques.

### Gestion des Émotions et du Stress

- Stratégies pour gérer ses émotions dans des situations tendues.
- Techniques de relaxation et de gestion du stress.
- Mise en pratique à travers des jeux de rôle.

### Utilisation de la Méthode Speak'in Colors pour les Communications Difficiles

- Introduction à Speak'in Colors appliquée aux situations conflictuelles.
- Utilisation des couleurs pour structurer et clarifier son discours.
- Exercices pratiques pour appliquer cette méthode en situation de tension.

### Mise en Situation et Feedback

- Simulations de communications difficiles en CSE.
- Feedback personnalisé et conseils d'amélioration.
- Élaboration d'un plan personnel de développement.



#### Modalités d'évaluation

L'évaluation est réalisée tout au long de la formation à travers différents moyens (mise 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.

#### Nous contacter

 06.03.88.80.96

 [contact@lapersona.fr](mailto:contact@lapersona.fr)

 [www.lapersona-institut.fr](http://www.lapersona-institut.fr)

Accompagnement de la  
Connaissance à la Compétence  
Au Poste de Travail