LEADERSHIP ET IMPACT PERSONNEL

Impact personnel : poser sa présence, capter l'attention et convaincre

Des idées solides passent parfois inaperçues faute de présence : voix qui s'éteint en fin de phrase, regard fuyant, propos noyé sous les précautions. En réunion, celui qui occupe l'espace est écouté même lorsque son argument est plus faible. L'écart se creuse au fil des mois sur la visibilité et sur les responsabilités confiées. Cette formation de 21 heures travaille les composantes concrètes de l'impact personnel. Sur trois jours les participants s'entraînent sur leur posture leur voix et leur regard, structurent leurs messages pour qu'ils soient retenus, gèrent les interruptions et les questions difficiles, et mesurent l'effet produit grâce aux retours du groupe.

DURÉE	MODALITÉ	TARIF	DÉLAI D'ACCÈS
3 jours — 21 h	**Présentiel ou à distance**	**À partir de 2 150 € HT**	**11 jours ouvrés après validation du financement.**

Mon Pôle Formation est un organisme certifié Qualiopi. La certification qualité a été délivrée au titre de la catégorie d'action suivante : **ACTIONS DE FORMATION** — certificat n° 76 31 02622 31 (SGS ICS)

01 Public visé et prérequis

PUBLIC VISÉ
Toute personne souhaitant gagner en présence dans ses prises de parole et dans ses relations professionnelles.

PRÉREQUIS
Aucun prérequis

POSITIONNEMENT À L'ENTRÉE
Analyse du besoin et test de positionnement. Vos réponses sont partagées avec votre formateur afin d'adapter la formation à votre niveau et votre contexte professionnel.

02 Objectifs pédagogiques

À l'issue de la formation, le participant sera capable de :

- Repérer l'effet produit par sa posture sa voix et son regard
- Structurer une intervention courte pour qu'elle soit retenue
- Occuper l'espace et le temps de parole en réunion
- Répondre à une interruption sans perdre le fil de son propos
- Adapter son registre à l'auditoire et à l'enjeu de la situation

03 Programme détaillé

M1 Diagnostic de son impact actuel

- Ce que les autres perçoivent
- Première prise de parole enregistrée puis analysée
- Repérage de ses appuis et de ses points de fragilité
- Écart entre l'intention et l'effet réellement produit
- Choix de deux axes de travail personnels
- Atelier : Chacun reçoit trois observations factuelles du groupe après sa première intervention.

M2 Posture voix et regard
- Le corps avant les mots
- Ancrage et occupation de l'espace
- Débit volume et tenue des fins de phrase
- Contact visuel avec un auditoire
- Gestes parasites et gestion des mains
- Atelier : Exercices courts de prise de parole avec une seule consigne corporelle à la fois.

M3 Construire un message qui reste
- Structure et formulation
- Message essentiel formulé en une phrase
- Choix de deux ou trois arguments hiérarchisés
- Recours à des exemples et à des images concrètes
- Travail de l'ouverture et de la conclusion
- Mise en situation : Présentation courte sur un sujet professionnel réel devant le groupe.

M4 Tenir face à l'auditoire
- Interruptions questions et objections
- Réaction à une interruption ou à une contestation
- Réponse à une question hors sujet
- Gestion du silence et du regard collectif
- Maintien de son propos sous pression
- Mise en situation : Intervention volontairement perturbée par deux participants du groupe.

M5 Installer son impact dans la durée
- Au-delà de la réunion
- Cohérence entre ses prises de parole successives
- Visibilité dans les échanges informels
- Choix des moments où il est utile d'intervenir
- Plan d'entraînement personnel sur trois mois
- Atelier : Comparaison de l'enregistrement initial et de la dernière intervention du parcours.

04 Modalités pédagogiques, méthodes et moyens

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES
Présentiel ou à distance

LIEU / FORMAT
Dans vos locaux — jusqu'à 10 collaborateurs, Paris — Présentiel, À distance — Classe virtuelle

MÉTHODES MOBILISÉES
• Apports théoriques, ateliers et cas pratiques. Support de cours numérique et fiches méthodes fournis.

ENCADREMENT
Formateurs qualifiés et expérimentés, experts de leur domaine, sélectionnés par Mon Pôle Formation.

05 Modalités d'évaluation et de suivi

ÉVALUATION DES ACQUIS
• QCM et mises en situation. Évaluation des acquis en début et en fin de parcours, évaluation à chaud et à froid à 60 jours.

SUIVI DE L'EXÉCUTION
• Émargement des participants
• Certificat de réalisation remis à l'issue de la formation

SANCTION DE LA FORMATION
Attestation de fin de formation et certificat de réalisation remis à chaque participant.

06 Type de reconnaissance

Formation non certifiante — Attestation de fin de formation et certificat de réalisation remis à chaque participant.

07 Modalités d'accès, financement et tarifs

MODALITÉS D'INSCRIPTION
Inscription en ligne, par téléphone, par devis ou via votre OPCO.

DÉLAI D'ACCÈS
11 jours ouvrés après validation du financement.

FINANCEMENTS POSSIBLES
- OPCO et plan de développement des compétences
- FAF et CFP
- France Travail
- Paiement jusqu'à 6 fois sans frais

DATES / SESSIONS
Entrées permanentes

FORMULE	DÉTAIL	TARIF
Inter-entreprises	-10 % dès 2 participants, -15 % dès 3, -20 % à partir de 4 inscrits sur la même session.	**À partir de 2 150 € HT**

Prix nets — exonération de TVA, article 261-4-4° du CGI.

08 Accessibilité aux personnes en situation de handicap

Accessible aux personnes en situation de handicap. Contactez notre référent handicap pour construire une solution adaptée : contact@monpoleformation.fr

RÉFÉRENT HANDICAP
Tiffany LESTROUBAC

CONTACT
contact@monpoleformation.fr

09 Indicateurs de résultats

INDICATEUR	RÉSULTAT	MODALITÉS DE CALCUL
Taux de satisfaction	**N/A**	Moyenne des notes de satisfaction des stagiaires sur les 12 derniers mois
Taux d'abandon	**N/A**	Calculé sur les 12 derniers mois

Résultats arrêtés au 26/09/2026. N/A : donnée non disponible ou effectif insuffisant sur la période.

10 Contacts

INSCRIPTIONS ET INFORMATIONS
contact@monpoleformation.fr
01 87 66 57 66

ADRESSE
10a rue du Maréchal de Lattre de Tassigny, 76420 Bihorel

RÉCLAMATIONS
Par e-mail : contact@monpoleformation.fr