

## 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 PERSONNE** INSTITUT  
FORMATION ET COACHING

Indicateurs de performance 2023  
sur l'ensemble des formations :

**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.

### **Financement : Personnel, Plan formation, OPCO, France Travail, CPF**

PERSONNEL, PLAN FORMATION EMPLOYEUR, OPCO, FRANCE TRAVAIL



### **Objectifs pédagogiques**

Cette formation intensive vous fournira les outils et techniques nécessaires pour aborder les communications difficiles en CSE de manière constructive, en utilisant des approches éprouvées et la méthode Speak'in Colors pour structurer et clarifier vos interventions.

### **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