



## Perfectionner ses interventions à l'oral



**Temps de formation :**  
2 jours (14 heures)



### Objectifs pédagogiques et compétences visées :

- Maîtriser les techniques d'expression orale pour captiver et convaincre
- Gérer son stress lors de la prise de parole
- Structurer son discours pour gagner en impact
- Travailler sa posture
- Gagner en confiance



## PROGRAMME

### En amont de la formation :

Auto positionnement sur ses compétences orales

### Jour 1

#### 1. Maîtriser les techniques d'expression orale

- Comprendre les mécaniques fondamentales de la communication
- Utiliser le storytelling et la rhétorique pour convaincre
- Ajuster son non verbal et son paraverbal pour maintenir l'attention
- Se mettre en condition physique et mentale

#### 2. Adopter la posture adéquate

- Différencier et gérer le stress et le trac
- Utiliser les techniques de positionnement
- Agir sur la perception de l'auditoire

### Jour 2

#### 3. Structurer son discours pour gagner en impact

- Identifier les différentes formes de discours
- Préparer son plan d'intervention orale
- Préparer des supports dynamiques et facilitants

#### 4. Développer la confiance en soi

- Utiliser les techniques d'improvisation
- Gérer les questions difficiles
- Réussir son intervention

Elaboration d'un plan d'actions individuel

### Après la formation :

Mise en œuvre du plan d'actions

### ➔ Modalités

**Formation** : En groupe de 4 à 12 personnes en présentiel.

**Evaluation** : Evaluation en 3 dimensions, tout au long de la formation. (Positionnement, acquisition, satisfaction) en ligne et en présentiel.

### ➔ Public

Toute personne qui souhaite améliorer l'impact de ses interventions.

### ➔ Prérequis

Aucun

### TARIFS

Inter : 1230 € HT

Intra : Nous consulter

