COMPÉTENCES COMPORTEMENTALES ET TRANSVERSALES

Oser s'exprimer à l'oral

La prise de parole est un levier essentiel de performance individuelle et collective en entreprise. Cette formation permet à vos collaborateurs de structurer leur discours, de gagner en confiance et de développer une communication orale percutante, adaptée à tous les contextes professionnels.

Public visé

Nos formations s'adressent aux professionnels du secteur public, de la santé et du privé. Elles sont conçues pour les cadres, managers, directions, équipes RH, agents, fonctions support, experts métiers souhaitant développer leurs compétences techniques et relationnelles en situation professionnelle.

Objectifs pédagogiques

Objectifs indicatifs, à adapter à votre contexte

À l'issue de la formation, les participants seront capables de :

01 Comprendre et d'intégrer les enjeux de l'expression orale dans leur environnement professionnel.

02 Adapter son expression orale en fonction du public, du contexte et des éléments inattendus.

03 Interagir avec leur auditoire avec confiance et fluidité : s'exprimer et faire s'exprimer.

Contenu pédagogique

Contenu indicatif, à adapter à votre contexte

01 Comprendre les bases de la communication

- Les canaux de communication
- Les effets sur l'auditoire conscients et inconscients
- Les obstacles émotionnels

02 Surmonter ses craintes face à la prise de parole en public

- Les mécanismes du cerveau
- La gestion de la peur : blocages et dépassements
- Les 3 contrats de l'orateur : lumière - masque -scène
- Les dispositions physiques et psychologiques de l'orateur
- L'empathie

03 Structurer votre propos au service d'un objectif clairement défini

- Les fondamentaux de la « rhétorique » au service du discours (logos, pathos, ethos)
- Utilisation du T.O.M. : Thème/Objectif/Message
- Synthèse et simplification du propos
- Définition d'un plan d'intervention avec introduction et conclusion

04 Interagir avec ses interlocuteurs et son auditoire avec confiance et fluidité : s'exprimer et faire s'exprimer

- Les positions de vie
- La reformulation
- L'écoute active
- Le questionnement adapté
- L'argumentation
- La négociation intuitive
- Le langage de précision

05 S'adapter son discours et son expression orale à l'interlocuteur et au contexte

- La diversité des situations d'expression orale
- Les types de discours : faire résonner l'environnement (interlocuteur, attentes, contexte, sens de l'intervention…) et le propos lui-même (contenu, forme, registre de la voix, du vocabulaire etc.)

06 Face aux difficultés et imprévus : anticiper et se préparer pour se faire confiance

- Préparation et entraînement aux perturbations extérieures et autres déstabilisations
- L'adaptabilité en situation d'imprévu
- L'acquisition de techniques appropriées de communication

Modalités & accessibilité

Modalités indicatives, à adapter à votre contexte

DURÉE À déterminer ensemble après un cadrage pédagogique.	FORMAT Présentiel, distanciel ou hybride.
LIEU À déterminer ensemble lors du cadrage pédagogique	PRÉREQUIS À déterminer ensemble lors du cadrage pédagogique
DÉLAI D'ACCÈS Inscription au maximum 10 jours avant la date de formation	TARIF A partir de 1 200€ nets par jour (*les activités formation d'Obea ne sont pas assujetties à la TVA conformément à l'article 261-4-4e – a du CGI.)
ACCESSIBILITÉ Notre référent handicap étudie avec vous les adaptations pédagogiques, organisationnelles et techniques nécessaires.	

Moyens & méthodes pédagogiques

En fonction de vos objectifs et des publics, nous combinons les méthodes que nous utilisons au quotidien :

- Apports théoriques & méthodologiques
- Étude de cas
- Atelier de partage & de construction
- Mise en situation
- Séance de questions / réponses
- Évaluation par les pairs

Modalités d'évaluation

Chaque formation démarre par un positionnement de vos équipes et se conclut par une évaluation des acquis — pour que vous puissiez mesurer concrètement le retour sur votre investissement.

AVANT LA FORMATION	Un positionnement rapide pour partir du bon niveau.
PENDANT ET APRÈS	Des mises en situation, des quiz et un débrief collectif pour ancrer les acquis.
À L'ISSUE	Une évaluation finale pour mesurer ce qui a changé.

UNE QUESTION ? CONTACTEZ-NOUS

Téléphone : 01 40 53 47 00 · E-mail : informations@obea.fr