

# BIEN S'EXPRIMER À L'ORAL

CE132

3 jours (21h) 1 850,00 €<sup>HT</sup>

## Objectifs

Être à l'aise à l'oral en toutes circonstances • Découvrir ses freins personnels et les surmonter • Adopter les principes d'une bonne expression orale et instaurer une communication gagnante • Améliorer l'impact de sa communication et de ses présentations pour convaincre

## Profil Stagiaire(s)

Nouveaux actifs titulaires de diplômes tels que CAP, BEP, ou toute personne amenée à s'exprimer à l'oral souhaitant développer ses compétences en communication et son impact professionnel

## Profil Animateur(s)

Cette formation Communication est animée par un consultant spécialiste de la communication, habitué à travailler avec des publics multiculturels, de tous horizons professionnels



## PROGRAMME

### Communication et expression orale

- Découvrir les principes de base de la communication
- Identifier le contexte de communication et adapter son discours
- Mesurer l'impact de sa communication sur son interlocuteur
- Écouter pour développer une bonne communication interpersonnelle
- Poser des questions à bon escient
- Mieux se comprendre pour éviter les obstacles

### Développer son écoute

- Distinguer entendre et écouter
- Comprendre les grands principes de l'écoute et ses avantages
- Savoir rebondir efficacement sur les remarques de son interlocuteur
- Prévenir les dérapages dans les échanges
- Éviter les freins à une bonne communication

### Découvrir et maîtriser sa voix

- Savoir poser sa voix
- Respirer pour mieux s'exprimer
- Gérer son stress
- Gérer son émotion
- Utiliser le silence
- Améliorer sa prononciation
- Maîtriser la posture

### Organiser ses messages

- Structurer ses interventions
- Se donner un objectif clair
- Connaître les niveaux de langue et s'y adapter
- Communiquer simplement et efficacement
- Comprendre les facteurs de conviction dans la forme et le fond d'un message

### Être synthétique

- Dégager les points principaux
- Éviter le piège de la paraphrase
- Apprendre à décortiquer un texte pour mieux le comprendre
- Aller à l'essentiel
- Prioriser ses arguments

## Contactez-nous

Conseiller formation  
09 88 66 10 00  
inscriptions@demos.fr

## Nos sessions

19 - 21 sept. 2022 : Paris / A  
Distance

14 - 16 nov. 2022 : Paris / A  
Distance

# BIEN S'EXPRIMER À L'ORAL

CE132

3 jours (21h) 1 850,00 €<sup>HT</sup>

## Mettre en place une communication gagnante-gagnante

Identifier les écueils d'une mauvaise communication  
Prévenir les conflits par une communication adaptée  
Établir des rapports de confiance avec ses interlocuteurs  
Connaître ses préjugés

## Méthode pédagogique

cette formation en communication s'appuie principalement sur des mises en pratique et exercices adaptés au contexte professionnel des stagiaires, ainsi que sur des auto-évaluations

Les formations "À distance" sont réalisées avec un outil de visioconférence de type Teams ou Zoom selon les cas, permettant au formateur d'adapter sa pédagogie.

## Moyens pédagogiques et techniques de mise en œuvre

Nos formateurs DEMOS sont recrutés conformément aux spécifications mentionnées pour chaque formation. Ce sont des professionnels en activité et/ou des experts dans leur domaine.

Ils utilisent des méthodes et outils appropriés aux formations qu'ils dispensent et adaptent leur pédagogie au public accueilli.

Par ailleurs, nos centres de formation DEMOS sont tous équipés :

- Salles de formation lumineuses, spacieuses, design, ergonomiques, mobiles et équipées d'écrans plasma, de PC portables/fixes si nécessaire à la formation suivie.
- Accès au wifi haut débit sur l'ensemble des lieux
- Espace de co-learning et webcorners
- Cafés, collations et rafraîchissement sont offerts

Et tous sont accessibles aux personnes à mobilité réduite

## Le dispositif de suivi et d'évaluation

Pour assurer un suivi individuel, Demos a mis en place 2 types d'évaluation :

- Des évaluations des acquis en cours et en fin de formation

Elles peuvent être faites de différente manière selon le contenu de la formation suivie :

Quiz, exercice pratique, étude de cas, jeu de rôles, mise en situation, soutenance devant un jury pour les formations à finalité certifiante.

- Une évaluation de la satisfaction de chaque stagiaire est réalisée en ligne. Cette évaluation est complétée par l'appréciation du formateur à l'issue de chaque session.

## En complément

**Après cette formation vous pourrez suivre :**

- La communicative : l'art de bien faire passer ses messages