

MAITRISER LES TECHNIQUES DE COMMUNICATION ORALE

Durée & Format

Durée : 14 heures

Format disponible : Présentiel ou Distanciel

Tarifs

Tarif public intra : Consulter notre [site Internet](#)

Tarif public inter : Consulter notre [site Internet](#)

Public visé

Toute personne souhaitant améliorer sa communication orale dans un contexte professionnel ou personnel : managers, commerciaux, élus, étudiants,

Prérequis

Aucun

Objectifs pédagogiques

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

- Identifier les composantes d'une communication orale efficace.
- Adapter leur discours à leur interlocuteur et à la situation.
- Gérer leur stress et renforcer leur aisance à l'oral.
- Structurer une prise de parole claire et percutante.
- Utiliser le langage non verbal et la voix pour renforcer l'impact de leur message.
- Donner et recevoir du feedback constructif.

Programme et déroulement

Jour 1 – Les fondamentaux de la communication orale

Matin : Comprendre et maîtriser les bases

- Introduction : enjeux et importance de la communication orale.
- Les 3 dimensions de la communication (verbale, non verbale, paraverbale).
- Les obstacles à une communication efficace (biais, filtres, émotions).
- Exercice pratique : diagnostic personnel de son style de communication.
- Mise en situation : écoute active et reformulation.

Après-midi : Structurer et adapter son message

- Structurer son discours (méthode DESC, plan en 3 temps, storytelling).
- Adapter son message à l'auditoire et à l'objectif.
- Le rôle de l'intention et de la clarté dans le message.
- Exercices : présentations flash, discours à thème imposé, feedback collectif.
- Débrief et plan d'amélioration individuel.

Jour 2 – Prendre la parole avec impact et assurance

Matin : Développer son aisance et gérer son stress

- Les mécanismes du stress et comment les apprivoiser.
- Techniques de respiration, relaxation et ancrage corporel.

ARKESYS.NET

70 rue Bergson – 42000 Saint-Étienne

04 28 95 15 82 - info@arkesys.fr

SAS AU CAPITAL DE 60 000 € - SIRET : 501 033 609 00030

ETS secondaire : 58 avenue Debourg - 69007 Lyon - SIRET : 501 033 609 00048

ETS secondaire : 293 route de la Seyne - 83190 Ollioules - SIRET : 501 033 609 00055



- Le langage corporel : posture, regard, gestuelle, voix.
- Exercices filmés : analyse des attitudes et de la voix.
- Feedback personnalisé.

Après-midi : Convaincre et captiver son auditoire

- Techniques de persuasion et d'argumentation.
- Utiliser les émotions et les histoires pour capter l'attention.
- Gérer les interactions et les objections.
- Simulation : présentation devant le groupe, évaluation et feedback croisé.
- Bilan de la formation : synthèse, plan d'action personnel, évaluation des acquis.

Certification

Consulter le programme sur notre [site internet](#) pour identifier si cette formation est certifiante.

Modalités pédagogiques

- Explications théoriques suivies de pratiques guidées puis de mises en autonomie.
- Exercices autonomes et réguliers pour assurer l'assimilation

Moyens et supports pédagogiques

Votre formation se déroule en présentiel avec :

- 1 ordinateur
- 1 vidéoprojecteur

Votre formation se déroule à distance avec :

- 1 ordinateur
- 1 connexion Internet
- 1 adresse e-mail valide
- 1 équipement audio (micro et enceintes ou casque)
- 1 Webcam (facultatif – dans l'idéal)
- 1 deuxième écran (facultatif – dans l'idéal)

Evaluation et suivi

Les objectifs pédagogiques sont évalués et suivis grâce à différentes **méthodes adaptées aux acquisitions de compétences visées**. Nos formateurs réalisent ces évaluations **tout au long de la formation**, que ce soit pendant les séances synchrones ou asynchrones. Voici une liste non exhaustive des méthodes d'évaluation pouvant être utilisées en formation :

- **Questionnaire** de vérification de connaissances (Quiz)
- Réalisation de **Travaux Pratiques** : production ou amélioration d'un fichier
- **Mises en situation** et grilles d'analyse
- **Serious Game** : jeu de rôles et analyse
- **Activités interactives** à travers l'utilisation d'une plate-forme connectée
- ...

Toutes nos formations intègrent **une auto-évaluation** via notre Extranet Stagiaire au début et à la fin de chaque action de formation. Cet outil offre à chacun la possibilité de mesurer sa progression par rapport aux objectifs pédagogiques visés et leurs atteintes.

Profil formateur

Nos formateurs sont certifiés à l'issue d'un parcours organisé par nos soins. Ils bénéficient d'un suivi de maintien et d'évolution de leurs compétences aussi bien au niveau technique que pédagogique. Chacun de nos formateurs a bénéficié d'une formation spécifique à l'animation de classe virtuelle et à l'utilisation des solutions de formation à distance du Groupe ARKESYS.

Support stagiaire

À l'issue de la formation, les exercices et travaux pratiques réalisés, leurs corrigés ainsi qu'un support de cours dématérialisé sera fourni à chaque stagiaire via son extranet stagiaire.

Accessible à tous

Cette formation est accessible à toute personne en situation de handicap. Notre référent handicap prendra contact avec les stagiaires concernés pour adapter l'animation à leurs besoins et rendre l'apprentissage accessible à tous. Enfin, nos centres de formation sont accessibles aux personnes à mobilité réduite. [En savoir plus](#)