



# S'exprimer avec conviction

Maîtriser les fondamentaux de la communication face à un auditoire

## Objectifs :

- Renforcer la qualité et l'efficacité de ses interventions face à un auditoire et en réunion
- Porter sa conviction en maîtrisant les dimensions vocale, corporelle, émotionnelle de toute intervention orale
- Identifier ses acquis et points d'amélioration de façon à gérer sa progression individuelle.

## Contenu :

### Les atouts et les limites personnelles lors d'une prise de parole face à un auditoire

- Définition d'un axe d'évolution personnalisé

### Les leviers vocale et corporelle

- Prise de conscience de l'importance de la voix et du mouvement du corps pour susciter l'intérêt
- Repères et éclairages personnels sur la manière de mieux utiliser son "instrument" pour porter sa conviction

### Le levier émotionnel

- La préparation personnelle avant une intervention à enjeu
- Objectif : être 100% conscient/concentré/tonique

### Préparation intellectuelle de son intervention

- L'analyse du contexte
- Le choix d'un plan dynamique
- L'argumentation rationnelle et relationnelle

### L'intervention convaincante lors d'une réunion

- Le plan mental : FOA (Fait / Opinion / Action)

**Durée :** 2 jours

**Public et prérequis :** Tout public - aucun prérequis

**Tarif :** Sur devis

**Délai :** Un délai de 4 semaines est nécessaire pour planifier et organiser la formation dans les meilleures conditions.

## Pédagogie Quilotoa :

Issue des techniques théâtrales, active et pratique, elle vise à donner à chaque participant l'autonomie indispensable à toute progression durable. Des repères théoriques, transmis de manière interactive, complètent les exercices pratiques pour aider à l'appropriation.

## Évaluation :

**Évaluation permanente :** au fil de l'eau lors des différentes mises en situation.

**En fin de formation :** sur un exercice de synthèse.

**Après la formation :** via un formulaire en ligne.

## Personnes en situation de handicap :

Notre siège accueille des personnes à mobilité réduite.

Pour de plus amples renseignements, contactez notre référente handicap : [n.barbey@quilotoagroup.com](mailto:n.barbey@quilotoagroup.com)