Vous affirmer à l'oral et savoir convaincre

> Exprimez-vous avec assurance pour bien faire passer vos messages

- **Formation continue**
- **Commercial - Communication**
- **Durée :** 14 heures
- **Modalité :** Présentiel
- **Tarif :** 420 €

Objectifs

- ÉTUDIER vos forces et faiblesses en matière d'expression orale
- ASSIMILER les techniques de prise de parole en public
- STRUCTURER votre message pour capter une audience
- GÉRER des situations difficiles ou inattendues

Tout savoir sur l'accompagnement

Contenu

Bien se connaitre afin d'améliorer son expression orale

- Cerner vos qualités et vos défauts lors de la prise de paroles en public
- Neutraliser les pensées négatives et faire du trac un atout

Améliorer vos qualités d'orateur

- Identifier les techniques d'expression orale à utiliser
- Assimiler les trois secrets de l'orateur : voix, regard et posture
- Trouver votre place dans l'espace

Assoir votre présence

- Développer une relation d'adhésion
- Capter l'attention et mettre en avant les messages importants
- Gérer son temps de parole : bien commencer, bien terminer

Être convaincant en toute situation

- S'adapter à l'auditoire

- Gérer les situations déstabilisantes
- Structurer votre intervention et improvise

Organisation et modalités

Pour qui :
Créateur ou repreneur d'entreprise, dirigeant d'entreprise, salarié, demandeur d'emploi, personne à titre individuel

Accès :
- Aucun prérequis
- Sous 48 heures avant le 1er jour de la formation sous réserve :
  - D'un entretien de positionnement
  - Des effectifs minimum et maximum pouvant être accueillis

Déroulement :
- Formation en présentiel
- Groupe de 12 personnes en moyenne
- Alternance d'apports théoriques et de mises en pratique

Accessibilité :
Formation adaptée et accessible aux besoins des personnes en situation de handicap : **condition d'accueil, accès et coordonnées du référent handicap.**

Modalités d'évaluation :
- Acquis : questionnaire réalisé en début et fin de formation
- Cas pratique tout au long de la formation

Tarifs et financement

- 420 € net de taxes
- Financement : Prise en charge possible

Contact & réservations

Vous souhaitez + d'informations ? Vous souhaitez vous inscrire en ligne ? Découvrez les prochaines sessions pour cette formation directement sur notre site web : **https://www.cma-occitanie.fr/catalogue/vous-affirmer-a-loral-et-savoir-convaincre-for-00459**

Les informations de cette fiche proviennent du site **www.cma-occitanie.fr** et sont données à titre indicatif ; elles peuvent être actualisées sans préavis. La date de dernière mise à jour de cette fiche est le : 09/11/2026. Date d'impression de ce document : 23/11/2026.

Siret : 130 027 931 00455. Consulter nos conditions générales de vente sur notre site internet.

Téléphone : 3006