



Fiche programme

<p>Intitulé</p>	<p>Bien communiquer lors d'un oral de concours</p> <p>Il s'agit d'une formation-action : pour optimiser son efficacité, il est recommandé de préparer préalablement et dans la mesure du possible, son exposé pour que ceux qui le souhaitent le présentent en séance et s'entraînent.</p>
<p>Public</p>	<p>Toute personne admissible à un concours comportant une épreuve orale et qui souhaite développer son impact à l'oral.</p>
<p>Objectif pédagogique</p>	<p>A l'issue de la formation, les participants seront capables de :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Saisir les véritables enjeux de l'oral - Appréhender la notion de « valorisation de son parcours » en sachant comment repérer les points forts de leur carrière pour la présentation orale - Préparer efficacement leur oral de concours - Contrôler leur trac et leur stress - Convaincre dès les premières secondes grâce à leur communication non verbale - Maintenir l'attention du jury - Construire un plan individuel d'actions <p>Au-delà des objectifs : des bénéfices !</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gagner en estime de soi et confiance en soi - Être en capacité de faire des choix professionnels et se mettre dans une posture « d'acteur » - Se préparer psychologiquement à aborder de manière positive et constructive toute situation d'entretien
<p>Méthode pédagogique</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Pédagogie active et participative, avec des jeux de rôles, permettant l'appropriation des concepts et des outils et le perfectionnement sur le plan comportemental - Des apports théoriques permettant de théoriser la pratique - Les exercices permettront aux stagiaires de situer leurs points forts et axes de progrès

Inscrivez-vous !
<https://ficel.univ-grenoble-alpes.fr>

Axe de formation
**Axe 4 :
Accompagnement des
Evolutions de carrières**

Thème de formation
**Concours ITRF
Préparation à l'écrit**



Contenu	<p>Les enjeux d'un oral de concours :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Valoriser son parcours et montrer l'adéquation avec l'emploi type Referens - Au-delà des compétences requises validées lors des épreuves écrites d'admissibilité, la personne que l'on est : profil de personnalité, atouts, valeurs, motivations... - Convaincre un jury de sa capacité à intégrer le corps ITRF <p>Préparer son oral : les points clé à clarifier</p> <ul style="list-style-type: none"> - Rappel sur la composition du jury, la complémentarité des profils et des rôles et les attentes. - Le fil rouge du parcours professionnel - Mon positionnement professionnel. - Les compétences clé mises en œuvre - Les éléments de motivation par rapport au projet - Les points forts de la carrière et les réalisations significatives en lien avec le projet - Identification des zones d'ombre de la carrière : comment en prendre conscience pour en parler posément - Les caractéristiques de personnalité : identifier les atouts et points de progrès. <p>La posture à l'oral. Les fondamentaux de la communication face à un groupe.</p> <ul style="list-style-type: none"> - La communication verbale et non verbale - Cadre de référence et de représentation - Les positions de vie - Les qualités d'écoute et d'adaptation au jury - L'art de la reformulation pour une communication constructive - Les pièges des questions : comment les repérer, y faire face ? - Le ton, les mots, qui facilitent les échanges - S'affirmer dans ses interventions en utilisant des techniques d'assertivité et asseoir sa présence <p>La prise de parole en public : Elle suppose une préparation et un entraînement pour travailler différents leviers :</p> <ul style="list-style-type: none"> - sa respiration - sa voix - ses gestes - son regard : un public que l'on regarde, vous répond - son articulation - sa posture <p>Le trac et la gestion du stress : le trac inévitable, n'est pas nécessairement un handicap ! Comment en faire un allié ?</p>
----------------	--



	<p>Mise en pratique et entraînement</p> <p>Analyse de son comportement et de son impact face à un jury.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Repérage de ses atouts et points d'appui/ points de vigilance - - Débriefing et Techniques de valorisation et d'argumentation de son parcours. <p>Construction de plan individuel d'actions.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Clarification d'un rétroplanning et des étapes clé <p>Selon les besoins identifiés au fur et à mesure du travail de la journée, chacun sera invité à élaborer son plan d'action (des supports spécifiques seront proposés par le formateur).</p>
Durée	7 heures (9h00-12h30/13h30-17h00)
Nbre de places	10
Dates prévues	Se référer à FICEL
Lieu	Université Grenoble Alpes – Domaine Universitaire – Saint Martin d'Hères

Inscrivez-vous !
<https://ficel.univ-grenoble-alpes.fr>

Axe de formation
Axe 4 :
Accompagnement des
Evolutions de carrières

Thème de formation
Concours ITRF
Préparation à l'écrit