

# FORMATION

## SE PRÉPARER DES ORAUX DE CONCOURS DE LA FONCTION PUBLIQUE

La fonction publique propose à ses agents territoriaux, hospitaliers ou d'état, titulaires ou contractuels, une valorisation de carrière par l'intermédiaire de concours ou de commission. Cette formation a pour but d'éclairer les candidats sur les modalités et les objectifs des phases orales d'admission ainsi que sur le rôle et les attentes des jurys.

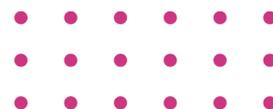
Cette formation a pour but d'aider les candidats à se préparer mentalement et physiquement à cette épreuve de synthèse chronométrée dans laquelle il faut gérer son image, son stress, maîtriser le contenu de son exposé et rebondir sur les questions du jury.



**Contactez-moi par téléphone, par email ou sur le site et recevez sous 48h un devis personnalisé!**

Si vous avez besoin d'un accompagnement spécifique, signalez-vous afin qu'un aménagement approprié puisse être rapidement mis en place.

[www.mycom-and-you.fr](http://www.mycom-and-you.fr)  
[contact@mycom-and-you.fr](mailto:contact@mycom-and-you.fr)  
06.07.49.46.64



# Objectifs de la formation

- Comprendre les enjeux et les objectifs des oraux de concours et de commissions
- Comprendre la communication comme un outil stratégique
- Déterminer sa typologie de communicant
- Comprendre la méthodologie de construction de l'exposé de concours
- Gagner en éloquence par la maîtrise des 3 canaux de communication (la communication verbale, para-verbale et verbale)
- Gérer son stress et ses émotions lors d'une prise de parole en public
- Identifier ses zones de confort et d'inconfort face à un jury
- Savoir analyser et optimiser son environnement pour le rendre favorable
- Préparer l'échange avec le Jury

## Contenu de la formation



- ✓ Modalités des épreuves d'admission des concours et des commissions
- ✓ Bases de la communication stratégique et des différentes typologies de communicant
- ✓ Les 3 composantes de la communication orale (la communication verbale, non verbale et para verbale)
- ✓ Présentation de la méthodologie globale de construction d'un exposé de concours
- ✓ Gestion du stress et des émotions. Notions de zones de confort et d'inconfort
- ✓ Anticiper et savoir répondre aux questions





## Publics concernés

Personnels ITRF, Candidats aux concours internes et externes de catégories A, B ou C. Agents en cdisation



## Pré-requis

Aucun



## Méthodes et Outils pédagogiques

Apports théoriques. Exercices individuels. Prise de parole filmée. Exercices de mémorisation et de gestion du stress. Quiz amont/aval en ligne. Ressources pédagogiques fournies aux participants.



## Durée du cycle de formation

14 heures

## Modalités et lieu de la formation

A définir avec le client. En intra-entreprise ou en inter-entreprise (à distance uniquement) selon les besoins.

## Tarif de la formation

A partir de 1150€ HT Tarif individuel - Groupe : Nous contacter pour un devis

## Modalités d'évaluation

Exposé en situation de concours

## Délais d'accès

entre 48h et 1 mois selon la nature du financement

## Taux de satisfaction cumulé depuis 2021 : 92,33%\*

\*Calculé à partir des retours de 30 stagiaires

Toutes nos formations sont éligibles à une prise en charge à 100% par les OPCO, France travail, l'État, la Région, l'AGEFIPH et le FIPHFP.

- Les formations sont maintenues dès 3 participants.
- Les inscriptions sont ouvertes jusqu'à 10 jours avant le début de la formation.



# Qualifions ensemble vos besoins