

L'éloquence est un exercice délicat, néanmoins essentiel dès lors que l'on est amené à encadrer une équipe. En effet, pour un manager, maîtriser l'art oratoire est une qualité utile dans bien des circonstances : animer une réunion, motiver ses équipes, asseoir son leadership, présenter un projet/une idée novatrice à ses supérieurs, etc.

-  **Nous contacter**
-  **7 heures**
-  **A définir**
-  **Paris**

Modalités pédagogiques

-  **Apports de connaissances**
-  **Cas pratique et mise en situation**

Objectifs

- Gérer son stress
- Analyser sa communication orale (verbale et non verbale)
- Structurer et préparer ses prises de parole
- Se présenter avec aisance
- Présenter le groupe et son exploitation de manière efficace

Public

Manager directeur d'agence ou d'exploitation

Prérequis

A définir

Evaluation

Mise en situation - Quiz - Attestation de formation

Programme

Décoder son image émise et perçue

- Diagnostic de sa communication
- Déterminer son style de communication
- Identifier ses comportements verbaux et non verbaux

Se préparer physiquement et mentalement et gérer ses émotions

- Maîtriser sa respiration, son rythme cardiaque
- La décontraction/concentration
- Développer sa capacité à maîtriser son énergie
- Exercices pratiques réalisés en groupe

Organiser ses messages :

- Se donner un objectif clair
- Structurer ses interventions (plans, intro, conclusion, transition, mots clefs...) et garder en mémoire cette « partition »
- Préparer des supports pédagogiques simples et efficaces

- Exercices pratiques de structuration de discours et de rédaction des mots forts, en groupe et individuellement

Travailler sa communication non verbale

- La voix, le regard, la posture

Le moment de la prise de parole

- Travail approfondi sur l'expression verbale et non-verbale (théâtre, travaux sur des grands textes et mise en parallèle avec les prises de parole professionnelles, improvisation/tenir un fil rouge et retrouver ses marques)
- Travail sur la respiration, la voix, la gestion du corps
- Maîtriser sa gestuelle et regarder son auditoire
- Travail sur le « jeu », l'oubli de soi pour découvrir l'orateur que chacun est et oser l'être
- Mettre la forme au service du fond
- Exercices pratiques individuels de lecture/jeu

Synthèse de la formation