

Développer sa prestance à l'oral et gagner en leadership

-Référence: **ML-56**

-Durée: **2 Jours (14 Heures)**

Les objectifs de la formation

- Prendre la parole avec efficacité Communiquer une image positive Partager ses convictions Projeter et moduler sa voix Développer son expression émotionnelle

A qui s'adresse cette formation ?

POUR QUI :

- Managers souhaitant renforcer leur leadership à l'oral.

Programme

- **Prendre la parole avec efficacité**
 - Adopter une posture ouverte.
 - Renforcer ses appuis, s'ancrer.
 - Projeter sa voix pour s'affirmer.
 - Susciter l'écoute.
 - Libérer sa gestuelle.
 - Se déplacer librement dans l'espace.
 - S'approprier les techniques des grands orateurs.
 - Exercice: Training postural, vocal et comportemental.
 - Ecoute et analyse des voix des grands orateurs.
- **Renforcer sa communication orale**
 - Comprendre ce qui est en jeu dans la communication orale : l'information, la relation.
 - Optimiser sa communication non verbale et para-verbale : posture, voix, gestuelle, espace.
 - Développer l'écoute active.
 - Adapter le ton de son discours à son auditoire.
 - Recueillir le feed-back et en tenir compte.
 - Développer son attractivité pour favoriser l'adhésion.

- Jeu de rôle Mimer un texte puis le dire.
- Recueillir le feed-back.
- Créer un personnage.
- **Rendre son discours vivant et convaincant**
 - Jouer sur des intentions mobilisatrices.
 - Convaincre pour motiver à l'action.
 - Etre authentique, ouvert pour améliorer ses performances.
 - Théâtraliser pour capter son auditoire.
 - Transmettre son enthousiasme.
 - Maîtriser la globalité de son intervention.
 - Mise en situation Coaching individuel sur " l'entrée en scène ", jeux sur les intentions mobilisatrices.
- **Développer son leadership**
 - Communiquer une image positive.
 - Instaurer un climat de confiance en posant sa voix.
 - Partager ses convictions.
 - Identifier son style.
 - Transmettre sa vision avec clarté.
 - Garder son objectif en perspective.
 - Jeu de rôle Interpréter une scène.
 - Trois minutes pour convaincre.
- **Développer son leadership**
 - Communiquer une image positive.
 - Instaurer un climat de confiance en posant sa voix.
 - Partager ses convictions.
 - Identifier son style.
 - Transmettre sa vision avec clarté.
 - Garder son objectif en perspective.
 - Jeu de rôle Interpréter une scène.
 - Trois minutes pour convaincre.
- **Développer son expression émotionnelle**
 - Reconnaître, accepter et canaliser ses émotions.

- S'auto-observer et se relaxer.
 - Utiliser sa voix pour libérer ses émotions.
 - Trouver sa stabilité émotionnelle.
 - Identifier et contrer les situations de stress.
 - Montrer son implication.
 - Exercice: Test sur les petites voix, les messages contraignants.
 - Respiration, relaxation, visualisation.
- **Améliorer ses performances**
 - Valoriser ses points forts.
 - Oser se dépasser.
 - Déstabiliser ses croyances pour adopter des comportements plus aidants.
 - Elaborer ses propres stratégies de réussite.
 - Jeu de rôle Changer de point de vue.
 - Définir ses ressources et ses pistes de progression.



(+212) 5 22 27 99 01



(+212) 6 60 10 42 56



Contact@skills-group.com

Nous sommes à votre disposition :
De Lun - Ven 09h00-18h00 et Sam 09H00 – 13H00

Angle bd Abdelmoumen et rue Soumaya, Résidence Shehrazade 3, 7ème étage N° 30
Casablanca 20340, Maroc