

IMPROVISER ET CONVAINCRE

Avoir de la répartie est essentiel en communication. Paradoxalement, savoir improviser ne s'improvise pas pour ne pas être pris de court

PROGRAMME

- Explorer sa propre communication non-verbale (voix, posture, gestuelle, respiration, mentalisation, estime de soi, gestion du stress, importance des silences)
- Préparer son improvisation (fondamentaux, arguments principaux, reformulation, auto-questionnement)
- S'appuyer sur l'apport des métaphores et des images
- Gagner en vivacité mais pas en instantanéité (prendre le temps de répondre)
- Expérimenter le lâcher prise tout en gardant le fil
- S'adapter à son public et rechercher le point d'accord
- Faire face aux déstabilisations
- Maîtriser les risques et les attitudes négatives liés à l'improvisation (critique, scepticisme, objection, malentendu, énervement, etc)

OBJECTIFS

- Développer sa confiance en soi pour gagner en charisme
- Améliorer son expression spontanée sur le fond et la forme
- Savoir s'adapter et faire face aux déstabilisations

MÉTHODOLOGIE

- Ces stages sont animés par des journalistes et/ou comédiens rompus aux techniques d'expression et théâtrales
- Acquis théoriques avec diaporama: 20 % environ du temps de formation
- Exercices pratiques: 80 % environ

PRÉREQUIS

- Présidents et directeurs généraux
- Elus, directeurs de cabinet
- Directeurs de communication et porte-paroles
- Tout collaborateur amené à s'exprimer dans un média (expert, responsable d'équipe, RH, chef de projet)

PRIX : 1400 € HT par stagiaire en version INTER

DURÉE : 2 jours (2 x 7 heures)

ESJ Pro Entreprise peut adapter cette formation en version INTRA avec une session spécialement élaborée pour votre structure et vos collaborateurs. Les formateurs vont ajuster la session à votre problématique et à votre actualité. Avantage: vous décidez de la date, la durée, du lieu et du programme. Pour le tarif des sessions INTRA nous consulter.

CONTACT : contact@esj-entreprise.fr

MODALITÉS : Inscription, accessibilité, évaluation ... voir page 73 du catalogue