IMPROVISER ET CONVAINCRE

ESJ PRO ENTREPRISE

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

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

PUBLIC VISÉ

- 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)

PRÉREQUIS

- Aucun

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-entreprise@esj-pro.fr

MODALITÉS : Inscription, accessibilité, évaluation ... voir page 77 du catalogue