

Stage pratique de 2 jour(s)  
Réf : LVC

## Participants

Managers souhaitant renforcer leur leadership à l'oral.

## Pré-requis

Aucune connaissance particulière.

**Prix 2020 : 1450€ HT**

## Dates des sessions

### AIX

16 mar. 2020, 25 mai 2020  
21 sep. 2020, 07 déc. 2020

### BORDEAUX

09 mar. 2020, 18 mai 2020  
14 sep. 2020, 30 nov. 2020

### LILLE

02 mar. 2020, 11 mai 2020  
07 sep. 2020, 23 nov. 2020

### LYON

05 mar. 2020, 14 mai 2020  
10 sep. 2020, 26 nov. 2020  
14 déc. 2020

### NANTES

12 mar. 2020, 28 mai 2020  
17 sep. 2020, 03 déc. 2020

### PARIS

23 jan. 2020, 26 mar. 2020  
14 mai 2020, 06 juil. 2020  
07 sep. 2020, 23 nov. 2020

### SOPHIA-ANTIPOLIS

12 mar. 2020, 28 mai 2020  
17 sep. 2020, 03 déc. 2020

### STRASBOURG

16 mar. 2020, 25 mai 2020  
21 sep. 2020, 07 déc. 2020

### TOULOUSE

09 mar. 2020, 18 mai 2020  
14 sep. 2020, 30 nov. 2020

## Modalités d'évaluation

L'évaluation des acquis se fait tout au long de la session au travers des multiples exercices à réaliser (50 à 70% du temps).

## Compétences du formateur

Les experts qui animent la formation sont des spécialistes des matières abordées. Ils ont été validés par nos équipes pédagogiques tant sur le plan des connaissances métiers que sur celui de la pédagogie, et ce pour chaque cours qu'ils enseignent. Ils ont au minimum cinq à dix années d'expérience dans leur domaine et occupent

# Développer sa prestance à l'oral et gagner en leadership

*La parole est un outil essentiel de communication, elle incite à l'action. Bien assurée, elle mobilise les énergies, favorise l'écoute et l'adhésion. Cette formation vous apprendra à travailler votre voix, à développer votre expression pour affirmer votre posture et gagner en aisance et en force de conviction.*

## OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

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

- 1) Prendre la parole avec efficacité
- 2) Renforcer sa communication orale
- 3) Rendre son discours vivant et convaincant

- 4) Développer son leadership
- 5) Développer son expression émotionnelle
- 6) Améliorer ses performances

## Méthodes pédagogiques

*Jeux, techniques vocales et mises en situation. Coaching postural, vocal et comportemental individuel.*

## Travaux pratiques

*Cet atelier permet d'expérimenter l'impact d'une voix et d'une posture affirmées dans le cadre d'interventions orales.*

## 1) 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.*

## 2) 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.*

## 3) 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.*

## 4) 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.*

ou ont occupé des postes à responsabilité en entreprise.

### Moyens pédagogiques et techniques

- Les moyens pédagogiques et les méthodes d'enseignement utilisés sont principalement : aides audiovisuelles, documentation et support de cours, exercices pratiques d'application et corrigés des exercices pour les stages pratiques, études de cas ou présentation de cas réels pour les séminaires de formation.

- A l'issue de chaque stage ou séminaire, ORSYS fournit aux participants un questionnaire d'évaluation du cours qui est ensuite analysé par nos équipes pédagogiques.

- Une feuille d'émargement par demi-journée de présence est fournie en fin de formation ainsi qu'une attestation de fin de formation si le stagiaire a bien assisté à la totalité de la session.

## 5) 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.*

## 6) 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.*