

MEDIA TRAINING

OBJECTIFS > Mieux connaître ses propres modes de communication et postures > Maîtriser les techniques pour s'exprimer avec aisance > Maîtriser son trac les techniques de la voix et de la posture > Préparer une intervention orale efficace et convaincante et adapter selon l'auditoire	PUBLICS Etudiant(e), Salarié(e), Demandeur d'emploi, Entrepreneur (se)
MODALITÉ D'ACCÈS À LA FORMATION Entretien préalable + test (le cas échéant)	PRÉ-REQUIS Aucun
	ÉVALUATION Formation basée sur l'apprentissage pratique. évaluation tout au long de la formation
	VALIDATION Attestation de formation

CONTENU DE LA FORMATION

MIEUX SE CONNAÎTRE À L'ORAL : LE PRÉALABLE INDISPENSABLE

- Les différentes composantes de la communication
- Apprivoiser son trac : comprendre les mécanismes du stress et les leviers pour les gérer
- Valoriser ses atouts personnels pour développer sa confiance et son authenticité
- Identifier ses axes de progrès
- Mettre en adéquation l'image que l'on souhaite projeter avec l'image perçue par les autres

STRUCTURER SON INTERVENTION ET BOOSTER L'EFFICACITÉ DE SA PRISE DE PAROLE

- Travailler sa voix, ses gestes, son regard, sa respiration, les silences
- Une prise de parole structurée : aspects intellectuels, physiques, relationnels

CONVAINCRE SON AUDITOIRE

- Savoir convaincre : des arguments pour la tête, pour le cœur, le corps
- L'expression délibérée de ses émotions outils de conviction
- Les moyens d'influences : quelques outils de psychologie sociale facilitant l'engagement de son auditoire

ADAPTER SON DISCOURS AUX DIFFÉRENTS PUBLICS

- Les éléments clés de la communication en fonction des différentes tranches d'âge
- Identifier les caractéristiques et les attentes de son auditoire pour adapter son message
- Se brancher sur le canal de communication de l'autre
- Adapter son discours aux personnalités difficiles

APPLICATION

Jeux de rôles et exercices pratiques

FORMATION EN PRESENTIEL

LIEU	Montpellier	DURÉE	21 Heures / 3 Jours
NOMBRE DE STAGIAIRES	En groupe de 3 à 8 personnes		
MÉTHODE PÉDAGOGIQUES	Formation intensive basée sur des travaux pratiques et / ou des études de cas permettant l'acquisition d'un logiciel et / ou d'une méthodologie de travail afin de rendre le la stagiaire rapidement opérationnel . A l'issue de la formation, envoi d'un support de cours et / ou d'une webographie résumant les notions abordées en formation.		

PLANNING Formation en groupe : <ul style="list-style-type: none">• Du 25 au 27.01.2023• Du 15 au 17.03.2023• Du 24 au 26.05.2023• Du 24 au 26.07.2023• Du 20 au 22.09.2023• Du 27 au 29.11.2023	TARIFS PRESENTIEL GROUPE <ul style="list-style-type: none">> Prise en charge (CPF, Pôle emploi, Entreprise, ...) : 420 €> Autofinancement : adhésion* + 210 € <p>* Adhésion annuelle, acquittable une seule fois quelque soit le nombre de formations suivies</p>
---	---