

DÉVELOPPER SON CHARISME ET SON AISANCE RELATIONNELLE

2 jours (14 heures en présentiel ou 14 heures à distance en classe virtuelle)

Objectifs pédagogiques

Cette formation vous permet de développer votre charisme. Établir des relations avec ses interlocuteurs alliant efficacité et plaisir. Développer le sens de la répartie et de l'improvisation.

Population visée

Toute personne souhaitant améliorer sa communication face à un groupe, en comité restreint ou en "one to one"

Pré-requis

Aucun prérequis n'est nécessaire pour ce stage.

Procédures de positionnement et d'évaluation des acquis à l'entrée de la prestation

Audit téléphonique d'un conseil-formation pour s'assurer des pré-requis et des besoins de l'apprenant, complété d'un audit de niveau via un formulaire à remplir, soumis à l'analyse du formateur-référent.

Méthodes pédagogiques

8 participants maximum, un poste par stagiaire et un support de cours est envoyé en fin de stage (vidéos tutorielles et/ou support spécifique). La formation est constituée d'apports théoriques, de démonstrations et de mises en pratique basées sur des exercices applicatifs et/ou ateliers.

Formateur

Consultant formateur, coach, spécialiste du développement personnel.

Modalités de validation des acquis

Évaluation continue via des exercices applicatifs et/ou des ateliers de mise en pratique.
Évaluation en fin de stage par la complétion d'un questionnaire et/ou d'une certification officielle issue du Répertoire Spécifique.
Émargement quotidien d'une feuille de présence (en présentiel ou en ligne).
Complétion par le formateur/la formatrice d'un suivi d'acquisition des objectifs pédagogiques.
Remise d'une attestation individuelle de réalisation.

Contenu

Connaissance de soi pour oser être soi

- La carte du monde: découvrir ce qui nous rend unique, et comment nous fonctionnons
- Le champ d'influence
- Les 3 pôles du fonctionnement humain
- Les croyances

Apprivoiser ses émotions

- Définition, comment les apprivoiser, l'intelligence émotionnelle

L'estime de soi, confiance en soi

- Présentation, ses composantes, ses clefs

Développer son charisme

- Pourquoi développer son charisme est-il devenu important ?
- Les clefs du charisme
- Comment le développer
- La roue du charisme

L'assertivité : affirmation de soi dans le respect de l'autre

- Présentation, méthode

Développer sa force de conviction grâce à l'argumentation

- Le schéma de la communication
- Comprendre que nous sommes responsables d'assurer la bonne réception des messages que l'on porte.

Les 5 attitudes pour mieux communiquer

- Optimiser sa communication aux autres

Identifier les fonctions fondamentales de la communication interpersonnelle

- Les 4 modes d'expression
- Comprendre les façons de s'exprimer envers les autres
- Comprendre les bienfaits de s'exprimer avec assurance.

Travailler son discours

- Se préparer
- Conduire l'entretien