



# PRISE DE PAROLE EN PUBLIC ET AISANCE RELATIONNELLE Faire face !

## ENJEUX

Les enjeux de sociétés changent, les comportements aussi.

En dehors de ses « prises de parole » classiques, (discours, vœux...), chaque élu est amené à devoir gérer des situations humaines, complexes, surprenantes avec souvent un impact émotionnel.

Il se doit alors d'être flexible et capable de s'adapter de manière intuitive et réfléchie.

C'est pourquoi nous vous proposons des outils concrets qui vous permettront de travailler votre posture, afin de l'affirmer.

Grâce à cette formation, vous vous affirmez avec une véritable aisance relationnelle et serez en capacité capable de réagir et **faire face** devant une large gamme de situation.

## PUBLIC CIBLÉ

Tous les élus souhaitant acquérir plus d'aisance relationnelle

## OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Connaître sa posture relationnelle
- Connaître précisément sa cible
- Connaître parfaitement les différents contextes quotidiens et politiques.
- Savoir réagir de manière adaptée en toutes circonstances en verbal ou avec éloquence
- Acquérir les bases du Story telling politique et personnel (mettre en récit sa propre histoire)

## PRÉ-REQUIS

Aucun. Ouvert à tous les élus

## MODALITÉS PRATIQUES

Durée : 1 journées soit 7 heures

Formation en groupe restreint avec ateliers



## PRISE DE PAROLE EN PUBLIC ET AISANCE RELATIONNELLE Programme Détaillé

### 1ÈRE DEMI-JOURNÉE

#### Exercices introductifs

#### Connaître sa posture relationnelle

##### Exercices :

- Savoir gérer quantifier et exprimer son aura et confiance en soi.
- Savoir gérer ses faiblesses et forces à l'oral.
- Savoir gérer ses fausses croyances et biais cognitifs.
- Savoir gérer et exprimer ses émotions.
- Savoir gérer son stress avec la PNL.

#### Connaître sa cible relationnelle

##### Mises en pratique et jeux de rôle :

- Contextes politiques et attitudes classiques à savoir gérer face à l'opposition.
- Contextes de la vie de tous les jours et travail sur la réponse spontanée et adapté face à toutes situations.

### 2ÈME DEMI-JOURNÉE

#### Savoir communiquer avec son corps

##### Le body scan

- Savoir faire passer des messages non verbaux pour un impact réel.

#### Savoir communiquer avec les outils de la rhétorique

- Savoir construire un argumentaire rapide et solide. Découverte de la méthode Monroe et autres procédés rhétoriques
- Maitriser les outils d'éloquence qui permettent de se distinguer.

#### Connaître les bases du storytelling

- Connaître une palette large de trame narrative pour savoir rebondir face à une situation inattendue.

#### Exercice final d'aisance relationnelle et mise en situation.