

Philippe
Ruby

Coach - Media trainer
06 80 66 88 34



IMAGE DE SOI & MÉDIA TRAINING en individuel.

S'exprimer sans se voiler la face // mieux (se) dire

Avez-vous déjà éprouvé cette sensation de ne pas réussir à exprimer ce que vous voudriez vraiment dire ? Cette impression de passer à côté d'un rendez-vous professionnel, ou d'une rencontre importante ? Ce regret de ne pas avoir pu formuler clairement ce que vous aviez en tête ? Ressentez-vous cette envie non encore satisfaite de poser vos mots de façon assertive ?

Cette formation va vous permettre, grâce aux outils du media-training et aux accompagnements de Philippe, de devenir vraiment acteur ou actrice de votre communication. En deux jours, vous allez développer votre expression pour évoluer vers plus d'assertivité : cette capacité à être authentiquement vous et à savoir le dire... (tout en invitant l'autre à faire de même).

La formation est dispensée au sein d'un espace ressourçant, pour explorer les possibles de votre propre nature. Un accompagnement personnalisé qui vise à faire jaillir l'essentiel : VOUS, dans votre présence, votre audace et votre congruence.

OBJECTIF

Ouvrir sa voix... et peut-être découvrir de nouvelles voies.

- élaborer sa stratégie orale,
- parler de soi sans se trahir, quelles que soient les circonstances,
- expérimenter comment dire les choses fait évoluer le monde autour de soi.

PUBLIC

Cette formation va bien au-delà d'un simple travail d'éloquence technique. Ce module s'adresse à toute personne désireuse de progresser en communication verbale et souhaitant développer son assertivité. Que ce soit pour se préparer à une prestation orale, expérimenter son potentiel de négociation, ou simplement rencontrer la magie du flow, vous trouverez dans cette formation les outils pour réfléchir sereinement... tout en expérimentant les meilleures façons de vous ouvrir et dire à l'Autre.

DURÉE: 1 jour et demi

Nombre de participants : 1
Prérequis : aucun

Jour 1: Sortir de ses automatismes

- Travail corporel et vocal
- Mises en situation, avec et sans caméra
- Analyse constructive

Jour 2: Établir un nouveau mode de communication

- Conscientisation de ses buts et objectifs de communication
- Émission, Réception : la parole qui développe la relation assertive
- Elaboration positive

Une semaine après, échange téléphonique pour revenir sur la mise en pratique de cette nouvelle façon de communiquer, les ressentis, les avancées, les difficultés, ...

PÉDAGOGIE

“Voix et développement” sont les maîtres mots de ces deux jours, débouchant sur une meilleure sérendipité* , mieux exprimée.

**sérendipité : ouverture artistique, état de réelle créativité : a(p)titude à rencontrer ce que nous n'étions , peut-être, pas venu-es chercher.*

Travail corporel et vocal, marche, observation, ressourcement viennent compléter les mises en situations pratiques de coaching et de media-training. L'utilisation de la caméra pour se regarder et s'analyser se fera en toute confidentialité, et les enregistrements audiovisuels seront effacés à la fin de la formation.

ÉVALUATION DES COMPÉTENCES

Conseils personnalisés, auto-évaluation et évaluation en fin de parcours.
Une attestation de formation est remise à la fin du travail.

TARIF

- 2300€ HT, forfait 10h de media training, en lieu ressource. Les surprises additionnelles que nous nous réserverons, balade, repas, partage d'un verre de vin devant la cheminée, font partie du travail (puisque tout est travail)... Viendront donc, peut-être, en plus des 10h de travail prévues, des moments... sérendip 😊.

Gestion du dossier pour une demande de financement : 400€^{HT} en sus.

Hébergement et repas, selon vos envies, chez nos partenaires, professionnels de la chose.

Depuis toujours j'expérimente la santé des systèmes... le mien pour commencer ; j'ai souhaité comprendre le gâchis des relations humaines et intervenir. Aujourd'hui enseignant l'assertivité et homme souvent heureux, j'accompagne des entrepreneurs... entreprenants ! Je te propose de venir expérimenter comment nous nous nourrissons de « communic'ActionS ».

Bien à toi,



FORMATIONS sur mesure en voix parlée

Philippe Ruby coach en communication, media-trainer

06 80 66 88 34 - coach-mediatraining.com