

WOMEN ACTING

Communication & Leadership au féminin

COMPÉTENCES TRAVAILLÉES

Confiance en soi – Gestion du stress et des émotions - Leadership – Capacité à influencer

PUBLIC

Dirigeante, cadre dirigeante, hauts potentiels

OBJECTIFS

- Faire de sa différence un atout au service de ses convictions et des objectifs de l'entreprise.
- Affirmer sa communication interpersonnelle et son leadership en jouant la carte du *Soft Power*.
- Identifier ses points de force et les axes de progrès de sa communication verbale et non verbale.
- Apprendre à oser être soi, tout en respectant les codes d'usage de son secteur d'activité.

PROGRAMME (12H de coaching en one-to-one)

Un programme par des femmes, pour des femmes : 4 intervenantes expertes dans différentes spécialités assurent les différents modules nécessaires à l'atteinte des objectifs de nos participantes.

- Comédienne
- Coach vocal
- Coach en image
- Journaliste

METHODE PEDAGOGIQUE

Conçue et développée par Personnalité, elle structure l'animation de nos formations et de nos trainings.

Pour mettre la « forme au service du fond », nos formateurs travaillent en totale synergie sur les 3 principales dimensions de la communication :

- communication non verbale (*occupation de l'espace, comportement, posture, regard, gestes...*)
- expression orale (*dynamisme vocal, tonalité, débit, relief, articulation, scansion...*)



- transmission du message (*hiérarchisation du message, organisation de l'argumentation, accroche, conclusion, traitement des objections, Q/R, rhétorique et dialectique...*)

Axée sur des mises en situation et des exercices ludiques, notre pédagogie se décline sur le principe « **Formation – Action** »

80 % de pratique + 20 % de théorie = 100 % d'efficacité !

Il s'agit de « faire faire » pour s'approprier et pour partager **sous l'œil de la caméra**, plutôt que d'imposer.

Nous travaillons chacune des dimensions de la communication, sous un angle décalé dans un premier temps puis recentré sur des contextes professionnels.

Module Leadership au féminin (3h)

Le « Women Acting » au service du Leadership

✓ **Objectif : Maitriser sa posture pour impacter en présentation**

○ **Du frein à l'accélérateur :**

- Prendre conscience de la force des freins au leadership féminin : culture, éducation, stéréotypes de genre... pour mieux les dépasser.
- S'approprier les outils de l'affirmation de soi pour conforter son leadership, même en situation déstabilisante.
- Savoir dire non à un N+1 ou à un collaborateur en préservant la qualité de la relation : la force de l'assertivité.

○ **La puissance du féminin :**

- Cultiver l'assertivité pour diriger : le pouvoir « pour » *versus* le pouvoir « contre ».
- Asseoir son autorité en situation minoritaire - concept du *Tokenisme* - symptômes et remèdes.
- Reconnaître et utiliser ses émotions pour tirer parti des ressources qu'elles abritent : gestion du stress
- Développer le marketing de soi et le *networking* : deux outils indispensables
- Quand la cooptation prévaut dans les critères de promotion

Module Coaching vocal (3h)

Le « Women Acting » par la voix

✓ **Objectif : Maitriser son image sonore pour une prise de parole mobilisatrice**

○ **Quelle communicante suis-je ?**

Exercice pratique : La vérité

Communication verbale : *Etre entendue pour être écoutée... et comprise*

- Gymnastique vocale, relief et scansion.
 - Capitaliser sur ses atouts et trouver son style : respiration, articulation, voix.
 - La variation prosodique : Améliorer son élocution, son rythme et son débit.
 - Donner force et relief à son discours
 - Communication non verbale – *body language* : travailler sa gestuelle pour gagner en élégance et en conviction.
- ***L'authenticité un atout majeur***
 - Etablir un pont de communication avec ses interlocuteurs : OARIS
 - Développer son charisme
 - Renforcer son impact vocal
 - Gérer les silences : une arme de conviction active.

Module coaching en image (3h)

Le « Women Acting » par le conseil en image

- ✓ **Objectif : Respecter les codes de sa fonction tout en gardant sa personnalité**
 - ***Votre image personnelle : quel impact pour votre communication ?***
 - Prendre conscience de l'image donnée à l'autre
 - Avoir confiance en soi et en son image
 - Quelle est l'image que vous souhaitez véhiculer ?
 - ***Le « Power dressing »***
 - Benchmark des codes vestimentaires des femmes les plus influentes
 - Les clés d'une tenue garante de l'influence de sa position
 - Conjuguer crédibilité et féminité à travers son image
 - ***La palette de couleurs qui vous sublime***
 - Méthode combinatoire ou « drapping »
 - Cercle chromatique & harmonie
 - Le langage des couleurs
 - ***Astuces pour un visage lumineux***
 - Embellissez votre peau : les soins les mieux adaptés
 - Maquillage jour lumineux pour les femmes
 - Mise en beauté pour les hommes
 - ***Valorisez votre silhouette et trouvez votre style***
 - Harmonisez votre morphologie
 - Gommez vos complexes et valorisez vos atouts
 - Identifiez votre style : coupes, matières et couleurs

Module Media training (3h)

Le « Women Acting » en Media Training

- ✓ **Objectif : Mettre en pratique les outils de communication & leadership**

Atelier intensif en studio multimédia sous forme de débat contradictoire

- ***Diagnostic individuel***
- ***Gérer les objections et les questions déstabilisantes***
 - *Les 7 nains dans l'auditoire : les identifier et en faire ses alliés.*
 - *Prendre toutes les questions comme des opportunités*
 - *Y répondre avec assertivité*
- ***L'art du "straight to the point"***
- ***Remplacer les réflexes de fuite, d'agressivité et de manipulation par l'expression factuelle et dépassionnée des arguments objectifs.***
- ***Mot confort, phrase charnière, technique du "block & bridge".***