



PERSONNALITÉ

conseil en communication des dirigeants



**MAITRE DU RING**  
GARDEZ LE LEAD EN  
TOUTES SITUATIONS



# MAITRE DU RING

## GARDEZ LE LEAD EN TOUTES SITUATIONS

Parce que la communication peut-être un duel dans lequel on s'attend à prendre des coups, nous avons combiné notre savoir-faire en matière de communication assertive et d'agilité rhétorique à la rigueur de la préparation d'un véritable combat de boxe.



Qualité de la prestation évaluée en fin de session par un questionnaire de satisfaction



### OBJECTIFS

- > Se préparer physiquement et mentalement à une communication stressante
- > Maîtriser l'agressivité de l'autre pour la contourner efficacement
- > Rester lucide et percutant malgré la pression
- > Riposter au bon moment en jouant des coups de son adversaire pour réussir à s'imposer



### PARTICIPANTS

- > Chefs d'entreprise, dirigeants et cadres dirigeants, élus, porte-paroles d'entreprises ou d'associations amenés à prendre la parole ou à négocier dans des contextes fortement déstabilisants.



### INTERVENANTS

- > Coach-boxeur
- > Journaliste



### COMPÉTENCES TRAVAILLÉES

- > Affirmation du leadership
- > Confiance en soi
- > Gestion du stress et des émotions
- > Maîtrise de soi
- > Capacité d'écoute
- > Intelligence relationnelle



### PRÉREQUIS

- > Signer une décharge de responsabilité pour la pratique de la boxe anglaise.



### DURÉE

- > 2 jours

## JOUR 1 AVEC LE COACH BOXEUR

« *Tout refus de communiquer est une tentative de communication ; tout geste d'indifférence ou d'hostilité est un appel déguisé.* » Albert Camus

### UNE DEMI-JOURNÉE « TOUS SUR LE RING ! »

#### • 1<sup>ER</sup> ROUND : LES FONDAMENTAUX

Se préparer physiquement et mentalement, Renforcer sa posture et son regard, anticiper pour mieux contourner

#### • 2<sup>ÈME</sup> ROUND : DE L'IMPORTANCE DE L'IMPACT

Mettre ses coups avec conviction, toucher avec précision, savoir contre attaquer

#### • 3<sup>ÈME</sup> ROUND : GÉRER L'AGRESSIVITÉ

Appréhender et évaluer chaque situation, combattre avec intelligence et décontraction

### UNE DEMI-JOURNÉE COMMUNICATION DÉSTABILISANTE

> Origines de la déstabilisation (interlocuteur, enjeu, sujet...)

> Manifestations physiques et mentales

#### • RHÉTORIQUE DE COMBAT

> Les grands principes (dissocier force et violence, objectiver, identifier, dénoncer, contre attaquer...)

> Les outils

## JOUR 2 AVEC LE JOURNALISTE, SPÉCIALISTE DE LA RHÉTORIQUE DE COMBAT

### Et le ring devient :

- > Tête à tête musclé
- > Réunion agitée
- > Jeu de questions réponses effréné
- > Débat

Tout au long de la journée, les mises en situations s'enchaînent : sur une thématique décalée puis sur des jeux de rôles inspirés de situations métier.

Il sera possible au commanditaire de la formation de :

- > laisser les participants nourrir eux-mêmes en exemples vécus ces mises en situation.
- > préparer en amont, en lien avec les services concernés, des fiches de rôles les plus représentatifs de la réalité terrain. (Rdv commercial, réunion, débat ...)

Débrief individualisé et « take-aways » personnalisés



## TARIF et ORGANISATION

INTRA-ENTREPRISE,  
GROUPE OU INDIVIDUEL :

Nous consulter pour  
un montage sur-mesure

@ info@personalite.fr

☎ 33 (0)1 46 05 44 66



En option: diagnostic individuel  
rhétorique grâce à V.I. Pitch®,  
nous consulter.

### LIVRABLES

Séquences individuelles filmées  
Mémos, vidéos pédagogiques

Nos formations se déploient  
également en distanciel et  
en plusieurs langues :  
nous consulter

Exercices pratiques  
sur le ring sous la  
bienveillance  
du coach boxeur

# LE MEDIA ACTING®

MÉTHODE PÉDAGOGIQUE DÉPOSÉE



**Le Media-acting® est la méthode exclusive de Personnalité, qui structure l'animation de toutes nos formations.**

Fruit de la recherche universitaire, **elle place le participant au cœur du processus pédagogique**, le conduisant sur le chemin de **l'excellence relationnelle**.

Il devient acteur de sa progression par les multiples mises en situation qu'il réalise, **sous l'œil de la caméra**.

L'action enregistrée est systématiquement débriefée par nos formateurs-experts, issus d'univers professionnels décalés.

Cette méthode du « **learning by doing** » (80% de pratique pour 20% de théorie) peut être déclinée en 6 langues différentes : français, anglais, allemand, italien, espagnol ou arabe.



# 45 EXPERTS MULTICULTURELS

DÉPLOIEMENT DE NOS FORMATIONS  
EN 6 LANGUES DIFFÉRENTES

45 personnalités expertes dans des domaines d'activité aussi pointus que variés, des univers aux antipodes du quotidien de nos participants.

Ils sont journalistes, comédiens, coachs vocaux, anciens négociateurs du GIGN, boxeurs, pilotes de ligne ou encore préparateurs de sportifs de haut niveau, chefs d'orchestre...

Leur mission ? Élargir un territoire, bousculer des habitudes, faire apprendre d'une expérience professionnelle différente : la leur.

Les meilleurs outils issus de leur univers professionnel seront mis à la disposition des participants, qui les utiliseront lors de prises de parole stratégiques, de négociations à fort enjeu, d'affirmation de leur leadership, de management de la performance collective...

Et parce que la crédibilité de nos formateurs repose sur leur expertise unique, tous poursuivent en parallèle leur activité professionnelle.

Une expérience sur-mesure, sur le ring, sur la scène ou en studio TV, sous l'œil de la caméra, qui permet à chacun d'exprimer sa vraie personnalité : la seule clé pour bien communiquer.



COACHS

BOXEURS

PILOTES DE LIGNE

CHEF D'ORCHESTRE

NÉGOCIATEURS DU GIGN

PRÉPARATRICE MENTALE

COMÉDIENS

JOURNALISTES

# ILS NOUS FONT CONFIANCE\*

ACCOR

ADOPALE

ADVANS

AFD/PROPARCO

ALLIANZ

ALSTOM

ANOTHERBRAIN

ARMATEURS DE  
FRANCE

ARTELIA

ASSYSTEM

AXA BANQUE

BMW GROUP

BPCE

BRISTOL MYERS  
SQUIBB

CANAL +

CARTIER

CITEO

CNOSF

COD4IS

COFACE

CONTENT SQUARE

COOPER VISION

COPACEL

CREDIT AGRICOLE

DAMETIS

DASSAULT SYSTE-  
MES

DELOITTE

DHL

DIOT SCIACI

DOMINO'S PIZZA

EDF

EKIMETRICS

EPSF

ERNST AND YOUNG

FEPEM

FISKARS

FONDATION POUR  
LA RECHERCHE  
MEDICALE

GALIMMO

GENESYS

GRAND PARIS  
AMENAGEMENT

GROUP M

GUY HÔQUET

HAVAS MEDIA

HELVETIA

INSP

INTYS CONSULTING

IRSN

ISOSKELE

LADURÉE

LA FRANCAISE AM

LES CAFES CARON

LES ECHOS  
MANAGEMENT

LINKLATERS

LVMH

MACSF

MATMUT

MGEN

MICROPOLE

MNH

NEUFLIZE

NEXITY

NRJ GROUP

OBERTHUR

ODDO BHF

OGF

OPEN GROUPE

OP MOBILITY

PAREF GESTION

PARIS NOTAIRES  
SERVICES

PIAGET

PUBLICIS

QUAD DRAMA

QUARTUS

RECORDATI

REDMAN

RENAULT

RENTOKIL

SCALIAN

SCHMIDT GROUPE

SEGRO

SEPTODONT

SIEMENS SA

SIEMENS INDUSTRY  
SOFTWARE

SOFINNOVA

STELLANTIS

SUPERGRID

TOTAL ENERGIES

WARNER

YKONE

\* Principaux clients actifs sur l'année en cours  
et l'année précédente

## www.personnalite.fr

86 RUE DU DÔME 92100 BOULOGNE-BILLANCOURT



Qualiopi  
processus certifié

■ ■ RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

La certification qualité a été délivrée au  
titre de la catégorie d'action suivante :  
ACTIONS DE FORMATION