



FEMMES ÉLUES : OPTIMISER SON ENGAGEMENT ET SA COMMUNICATION PUBLIQUE ET POLITIQUE

OBJECTIFS DE LA FORMATION

- ▶ Donner du sens à son engagement politique.
- ▶ Développer ses compétences et ses stratégies d'influence en créant une dynamique « homme/femme » positive.
- ▶ Savoir décoder les conduites et stratégies de déstabilisation tout en maîtrisant ses émotions notamment en situation de communication.
- ▶ Réussir sa prise de parole et sa communication interpersonnelle.
- ▶ Appréhender les règles visant à valoriser son image et utiliser au mieux les outils de la communication publique et politique.



▶ 2 journées



▶ 21 et 22 mars, 2 et 3 mai,
17 et 18 octobre, 28 et 29 novembre



PROFIL DES PARTICIPANTES

▶ Élu(e)s locales/Intercommunales/
Départementales/Régionales



EFFECTIF

▶ 6 participantes maximum

CONTENU PÉDAGOGIQUE

1^{RE} JOURNÉE

Définir le socle de son engagement politique

- Déterminer son objectif politique.
- Construire son personnage politique.
- Définir sa stratégie de communication.

Maîtrise de soi, efficacité et performance

- Postures et valeurs comportementales Homme/Femme.
- Diagnostic de son propre potentiel charismatique et de son leadership.
- Les qualités essentielles pour réussir, les pièges à éviter (exercices).
- La gestion et l'affirmation de soi.
- Assertivité ou communication non-violente comme outil de prévention et de traitement des conflits.
- Outils de dynamique et de cohésion de groupe (intégration, participation, implication, action) au service de l'action collective.

2^E JOURNÉE

Réussir sa prise de parole et sa communication interpersonnelle

- Apports méthodologiques pour optimiser ses capacités d'expression et de communication.
- Les « trucs » à connaître, la respiration – Focus sur la gestion du stress.
- Le face-à-face avec l'auditoire : accueil, comportement, expression, ton, formules, gestuelle. Comment acquérir de l'assurance ?
- Travailler sur l'image de soi.
- Percevoir les réactions de l'auditoire : écoute active, écoute passive.
- Récupérer les imprévus : perturbations, bruits...
- Savoir répondre aux contradictions.
- L'improvisation : un « grand art » difficile dont il faut se méfier.

- Enrichir son discours ou son intervention : actualité, humour, références, citations.
- De la conviction personnelle à la conviction partagée : savoir donner.

Nombreux exercices de prise de parole

face caméra : préparation individuelle/collective sur des sujets concrets ou projets d'interventions apportés par chacun des participants. Enregistrement, visionnage, analyse.

Profil personnalisé, bilan et évaluation

MÉTHODOLOGIE : apports théoriques et méthodologiques, travaux pratiques et nombreuses mises en situations.

MATÉRIEL PÉDAGOGIQUE : support du formateur, caméscope numérique – TV - Vidéo.