



- Formation
- Conseil
- Coaching

Formation

N° de référence : IPP

## NOUVEAU : Incarner physiquement mon projet

Parce que votre attitude et votre posture ont un réel impact sur vos interlocuteurs, parce que l'image que vous laissez n'est pas toujours celle que vous souhaiteriez, parce que votre voix est votre outil quotidien, parce que vous êtes convaincus que la présence est un élément qui se travaille...

Cette formation a l'ambition de travailler à faire vivre son projet à travers son corps et sa voix ; de s'outiller en vue d'accueillir l'imprévu (problèmes techniques, réactions inattendues, etc.) lors de moments d'animation de groupe ou d'équipe ; d'équilibrer les interactions entre pensées et émotions ; d'articuler son énergie avec son rythme et d'améliorer sa capacité d'emporter l'adhésion.

### Prochaine session

**IPP123** - Prix (particuliers/non-marchands): 340 €, Prix (entreprises): 510 €

- 30/03/2023
- 31/03/2023





- Formation
- Conseil
- Coaching

## Objectifs

---

- Prendre conscience de votre non-verbal (corporel et para-verbal) ;
- Optimiser le contenu de vos messages pour augmenter leur impact ;
- Créer de la synergie entre votre intention et votre attitude ;
- Préserver vos ressources (énergie, voix, souffle, etc.) ;
- Créer la conscience et la confiance pour accueillir l'inattendu.

## Contenu

---

- L'impact du corporel et du para-verbal dans la communication
- La notion de disponibilité physique, de présence
- L'intérêt de l'ancrage,
- Le développement du charisme,
- L'appropriation de son rythme, la gestion de son énergie,
- Poser, projeter, faire porter la voix avec confort,
- Créer une émotion

## Méthodologie

---

De manière générale, la méthodologie se base sur l'expérimentation des théories, des techniques et des conceptualisations, mais aussi sur la prise en compte de la réalité de chacun, tant sur un plan cognitif qu'émotionnel.

Partant du postulat que le meilleur apprentissage est celui qui s'ancre dans la pratique, nous proposons une session de travail basée pratiquement exclusivement sur de multiples exercices, mises en situation, jeux de rôles et autres méthodes actives (y compris des exercices et techniques d'improvisation), permettant la transférabilité d'outils concrets. La théorie n'étant là que pour permettre la lecture et l'enrichissement de la pratique.

Les débriefings bienveillants, tantôt collectifs tantôt individuels, formulés dans une dynamique positive, permettront de prendre du recul par rapport à sa propre pratique et évaluer les acquis et nouveaux axes de travail.





■ Formation

■ Conseil

■ Coaching

**Formation**

N° de référence : IPP

## Public

---

Responsables d'équipe, porteurs de projet, animateurs de réunion, formateurs, etc

---

**Centre pour la formation & l'intervention psychosociologiques asbl**

Avenue Louis Gribaumont 153 ■ 1200 Bruxelles ■ +32 (0)2 770 50 48 ■ [www.cfip.be](http://www.cfip.be) ■ [secretariat@cfip.be](mailto:secretariat@cfip.be)  
Boulevard de la Liberté, 130 ■ 59800 Lille ■ +33 (0)3 20 87 39 44 ■ [www.cfip.com](http://www.cfip.com) ■ [secretariat@cfip.com](mailto:secretariat@cfip.com)

