

SUPPORT DE LA FORMATION EN LIGNE

Cours en ligne de 1H de vidéos en HD

FORMATION OFFERTE



Devenir meilleur à l'oral et en communication en 5 étapes concrètes. Comprendre les enjeux de la communication et devenir le leader que tu as toujours voulu être, pas à pas...

CRÉÉE ET ANIMÉE PAR :
WILLIAM MOREAU



VIDÉO 1 : à retenir

Objectif vidéo :

Gérer son stress lorsque l'on parle aux autres

L'aisance relationnelle en société

Elle se compose de 3 facteurs :

- La confiance en soi
- La gestion de son stress en public
- La maîtrise du poids du regard des autres

Pour développer ta confiance en toi :

Utilise les affirmations positives chaque jour au réveil ou le soir avant d'aller te coucher. Elles vont te permettre de rester concentrer sur tes objectifs de vie et d'accroître la gratitude que tu as envers toi-même.

Pour améliorer ta gestion du stress en public :

Apprends à utiliser la technique du soupir : prendre une grande inspiration à la fin d'une phrase importante ou quand tu en ressens le besoin. Puis expire l'air par la bouche.

Pour améliorer ton état d'esprit vis à vis du regard des autres :

Saches que personne ne sait si tu ai stressé ou pas. Ce n'est que l'image que tu choisis de montrer aux autres qui te définit. Rien ne peut t'arriver de grâve à prendre la parole.

Exercice à faire :

Écrire entre 5-10 affirmations positives sur un carnet et se les répéter au moins 1 fois par jour

VIDÉO 2 : à retenir

Objectif vidéo :

Améliorer son éloquence lorsque l'on prend la parole

L'élocution dépend beaucoup de l'utilisation de sa voix :

Pour bien placer sa voix à l'oral, il faut être capable de jouer et de faire résonner chaque résonateur de son corps.

Une belle voix se nourrit à la fois de sons graves, aigus, puissants et doux. Tu dois apprendre à créer une mélodie quand tu parles.

Ne plus manquer d'air à l'oral grâce à un bon souffle :

Réduire le débit de parole peut t'aider à avoir plus de souffle.

Mais tu dois aussi savoir que ta respiration réflexe (les respirations que tu fais sans t'en rendre compte) est très importante. Plus ta capacité respiratoire sera grande, plus tu auras de souffle lorsque tu vas parler. L'exercice du diaphragme permet d'améliorer sa capacité respiratoire.

Les adjectifs embellissent ton éloquence

Au même titre que le langage corporel, les adjectifs ont le pouvoir de venir renforcer un message simple. Les personnes qui t'écoutent penseront alors que tu as plus de vocabulaire.

Exercice à faire :

Pour travailler ta diction, utilises des phrases de prononciation en voici 3 : 3 phrases d'élocution :

"Des singes agiles et sages, des singes sages et agiles."

"Je veux et j'exige d'exquises excuses."

"Le mur murant Paris rend Paris murmurant."

VIDÉO 3 : à retenir

Objectif vidéo :

Avoir plus de charisme et savoir utiliser son corps pour parler

● **La prestance améliore le langage non verbal d'un individu**

La prestance se compose de 3 facteurs :

- La Posture
- Le Physique
- Les Vêtements

● **Si tu dois faire des gestes en parlant, alors...**

Fais en sorte qu'ils soient présent pour renforcer les propos que tu tiens. Les gestes doivent être logiques, précis, et assumés. Dans la plupart des cas le coude forme un angle de 90°C et tu peux imaginer qu'une table se trouve face à toi.

● **Le charisme est aussi une question de eyes-contact**

Le regard est une arme incroyable en séduction en négociation... et en communication ! Il permet de créer un lien invisible et direct avec son interlocuteur. Un bon eyes-contact permet de dégager de la confiance, du charme et de crée une complicité.

Exercice à faire :

Retrouve toi face à ton miroir. Prends les phrases de prononciation ou les affirmations précédentes ou un texte qui te tiens à cœur. Parle ensuite à haute voix devant la glace tout en supportant ton propre regard dans le miroir

VIDÉO 4 : à retenir

Objectif vidéo :

S'ouvrir aux autres pour devenir un meilleur communicant

- **Selon Dale Carnegie, l'écoute est plus importante que la parole pour être bon en communication :**

Il faut pour cela avoir l'état d'esprit de s'intéresser aux autres. De mieux les comprendre, de les féliciter, de les motiver, de les remercier... car chaque individu a un besoin fondamental et génétique d'attention. En comblant ce besoin, vous serez alors perçu comme un ami ou quelqu'un de confiance.

- **Pour bien écouter les autres :**

Tu dois à la fois focaliser ton attention tout entière sur ce qu'ils disent mais aussi bien positionner ton corps. Ouvre ton cœur et tes organes à la personne. Établis un bon eyes-contact, et effectue régulièrement des hochements de tête.

- **Les neurones miroirs permettent de mieux comprendre :**

En effet, ces neurones situés principalement dans le cortex limbique du cerveau nous permettent d'adopter le même comportement physique et psychologique que notre interlocuteur. C'est un bon moyen de connecter avec lui et de pouvoir faire preuve d'empathie

Exercice à faire :

Pour tes 3 prochaines conversations avec tes proches (physique ou SMS) je veux que tu ne parles que 20% du temps.

VIDÉO 5 : à retenir

Objectif vidéo :

Devenir un vrai leader dans sa vie tout en améliorant sa com'



La communication n'est qu'une branche...

Du développement personnel. Si tu souhaites devenir un vrai leader dans ta vie, alors tu devras aussi développer les autres domaines (physique, passions, famille, amis, vie pro, voyages...)



Comment trouver facilement de quoi parler ?

En fait, en développant tous les domaines de ta vie, tu auras forcément plus matière à communiquer ou à connecter avec les autres. C'est pour cela que la communication n'est qu'une première étape



Développer sa confiance par le processus de progression

En ayant plus d'objectifs dans ta vie et en travaillant ton développement personnel tu comprendras la notion de progression. L'accomplissement que tu ressentiras te permettra alors d'améliorer ta confiance et donc ton aisance relationnelle.



Ton charisme te remerciera :

Tu vas aussi enrichir ton charisme par l'apprentissage de nouvelles choses, le fait de vivre certaines expériences, et d'avoir une vie plus riche, non pas en argent mais en aventures !

Exercice à faire :

Liste 3 domaines de ta vie que tu vas pousser durant les 2 prochains mois !

Je te parle à coeur ouvert...

UNE PRISE DE CONSCIENCE...

Après avoir pris ma vie en main sur le plan physique et effectué une transformation, j'ai décidé de faire un profond travail sur moi-même. C'est à 18 ans, que j'ai voulu apprendre à devenir plus charismatique en société comme à l'oral. J'ai eu le déclic lors de mon premier jour de travail, pour un job d'été. J'étais conseiller/vendeur dans un magasin de sport. Que ce soit la communication avec mes collègues ou les clients, je devais apprendre à être plus à l'aise et charismatique face à toutes ces personnes. Puis je me suis rendu compte que ces compétences me serviraient en séduction, à l'université, au boulot...

PARTOUT !



REJOINS-MOI SUR LES RÉSEAUX POUR AUSSI DEVENIR UN LEADER !

Conseils, exercices pratiques, quotidien...



Facebook : [@CharismeDeveloppement](#)



Instagram : [@charismedeveloppement](#)



YouTube : [William Moreau](#)

LA CLÉ DE LA RÉUSSITE...

Aujourd'hui, je suis devenu un vrai passionné de communication et de psychologie sociale. Les rapports de force en communication, l'éloquence ou encore le charisme sont autant de caractéristiques qui vous permettent d'obtenir une vie plus riche et d'être plus épanoui.

Comme je l'ai dit précédemment, en étant timide ou peu confiant, vous allez sentir un blocage. Je peux vous assurer que ce dernier disparaîtra dès lors que vous acquériez une meilleure aisance relationnelle.

8 recommandations de lecture

1

Comment se faire des amis de Dale Carnegie

Clique ici : <https://amzn.to/2IViCMs>

2

Influence et Manipulation de Robert Cialdini

Clique ici : <https://amzn.to/2JKetw6>

3

Demandez et vous recevrez de Pierre Morency

Clique ici : <https://amzn.to/2OYhs9G>

4

Parler en public de Dale Carnegie

Clique ici : <https://amzn.to/2HqB3vt>

5

Convaincre en moins de 2 minutes, Nicolas Bootman

Clique ici : <https://amzn.to/2H0pH1X>

6

L'art du Pitch de Oren Klaff

Clique ici : <https://amzn.to/2Ntg8YE>

7

TED le guide officiel de Chris Anderson

Clique ici : <https://amzn.to/2KWUA5m>

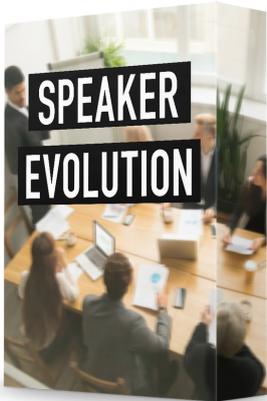
8

La parole est un sport de combat de Bertrand Périer

Clique ici : <https://amzn.to/2QBef1A>

Pour aller plus loin...

FORMATION SPEAKER EVOLUTION



Une formation complète sur l'art de prendre la parole en public. Grâce à cette formation complète tu pourras comprendre comment structurer ton discours, le présenter et briller en public.

Contenu de la formation : 8H de formation vidéo en HD + 1 mois d'accompagnement avec moi + Support par email + Fiches techniques + bonus + mise à jour et accès à vie

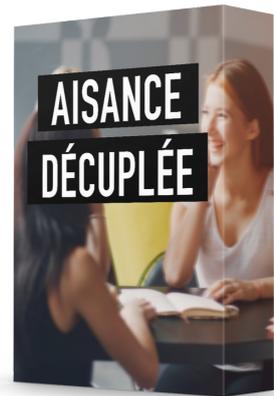
Objectif de la formation : Te permettre de capter l'attention de 100% de ton auditoire à l'oral et de présenter tes projets avec confiance et charisme.

FORMATION AISANCE DÉCUPLÉE

Une formation pour enfin avoir confiance en soi, gérer son stress au quotidien et vaincre ses peurs et ses angoisses. Une bonne partie de la formation est dédiée à l'aisance relationnelle, mais vous apprendrez à vous forger une confiance et une estime de vous dans chaque domaine de votre vie.

Contenu de la formation : 6H de formation vidéo en HD + 1 mois d'accompagnement avec moi + Support par email + Fiches techniques + bonus + mise à jour et accès à vie

Objectif de la formation : Libères-toi de tes peurs, de ton stress et vie pleinement grâce à une bonne estime de toi et une meilleure aisance relationnelle.



FORMATION PERFORMANCE COMMUNICATION



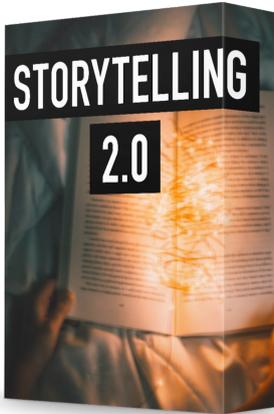
Une formation complète sur l'art de la persuasion et la négociation. Avec cette formation, tu apprendras autant de notions marketing, de vente, de leadership, et de persuasion qu'il te faudra pour développer ta carrière ou tes affaires.

Contenu de la formation : 8H de formation vidéo en HD + 1 mois d'accompagnement avec moi + Support par email + Fiches techniques + bonus + mise à jour et accès à vie

Objectif de la formation : Convaincre 2 fois plus vite ton interlocuteur grâce à ta communication, ton langage non-verbal, et mes techniques de négociation et de persuasion.

Pour aller plus loin...

FORMATION STORYTELLING 2.0



Savoir raconter des bonnes histoires à l'oral comme à l'écrit est un vrai pouvoir ! Car tout le monde aime entendre et écouter des histoires. Et c'est ça le Storytelling, maîtriser l'art de structurer et de donner vie à une histoire pour transmettre un message fort !

Contenu de la formation : 3H de formation vidéo en HD + Support par email + Fiches techniques + bonus + mise à jour et accès à vie

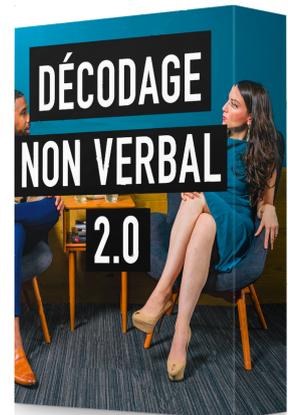
Objectif de la formation : Te permettre de raconter des histoires qui captivent ton auditoire ou ton interlocuteur pour transmettre tes idées ou juste leur faire passer un bon moment.

FORMATION DÉCODAGE NON VERBAL 2.0

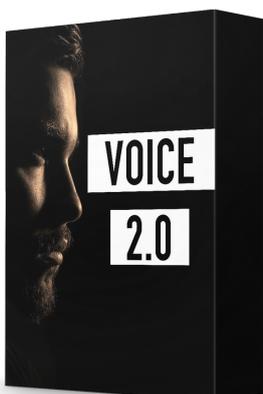
Le langage non verbal représente plus de 65% de l'impact des propos de quelqu'un à l'oral. Cependant, il peut aussi nous permettre de comprendre les réelles intentions de nos interlocuteurs. Savoir le décrypter c'est maîtriser la conversation !

Contenu de la formation : 3H de formation vidéo en HD + Support par email + Fiches techniques + bonus + mise à jour et accès à vie

Objectif de la formation : Savoir analyser efficacement et rapidement les gestes, les émotions, et le comportement global d'une personne. En fonction du contexte vous serez en mesure de pouvoir confirmer vos hypothèses sur ses réelles intentions.



FORMATION VOICE 2.0



38% de l'impact de nos propos proviennent de notre communication para-verbale. Autant te dire que savoir libérer sa voix et l'enchanter n'est pas une option. Si tu souhaites avoir une parfaite élocution, cette formation est faite pour toi !

Contenu de la formation : 3H de formation vidéo en HD + Support par email + Fiches techniques + bonus + mise à jour et accès à vie

Objectif de la formation : Savoir parler efficacement avec une parfaite élocution et un bon rythme et libérer sa voix de tous ses tics de langage pour devenir performant en communication.

FELICITATIONS ! TU AS TERMINÉ LE COURS EN LIGNE



*"JE NE PEUX QUE TE FÉLICITER D'AVOIR SUIVI
CHAQUE VIDÉO AVEC UN GRAND INTÉRÊT."*

DÉSORMAIS, PLACE À LA PRATIQUE !

*J'ESPÈRE QUE TU METTRAS À L'ŒUVRE LES
CONSEILS, EXERCICES ET MÉTHODES QUE J'AI
STRUCTURÉ AUTOUR DE CETTE FORMATION VIDÉO*

**À BIENTÔT FUTUR LEADER
TON COACH, WILLIAM...**

