







# Media Training

Prendre la parole dans les médias (radio, télévision, internet) n'est pas toujours un exercice naturel. La formation de media training permet de travailler sa diction, sa posture, de connaître également les ficelles de l'interview ainsi que les pièges à éviter.

En plus de la partie théorique, cette formation se déroule sous forme de jeux de rôles (questions/réponses enregistrées), simulations, suivis de débriefings à l'aide d'un studio mobile. Outre le media training en tant que tel, ces exercices permettent de travailler également la prise de parole en public (conférences), la posture, l'allocation, mener et/ou participer à un débat.

## OBJECTIFS

-  Différencier les codes des différents médias et des journalistes
-  Préparer et structurer son argumentaire
-  Convaincre son auditoire
-  Gagner en assurance lors de la prise de parole

## PROGRAMME

### Différencier les différents types de médias et leur fonctionnement

Les médias de masse (Presse, radio, Internet et la télévision) possèdent leurs propres codes. Comment fonctionnent ils ? Comment le public (lecteurs, téléspectateurs, auditeurs) s'approprient l'information ? Adapter sa posture, son discours en fonction du format (audio, audio visuel, visuel ...) et du temps (ou de la place) accordé permet la facilitation du message.

### Décryptage du métier de journaliste et des techniques d'interviews

Il s'agit de comprendre quelles sont les motivations, les attentes ou les contraintes du journaliste ainsi que la déontologie journalistique (charte de Munich). Directif ou non, dans notre bureau, dans leur studio, en étant pressé ou en prenant le temps, en direct ou PAD (prêt à diffuser) ... l'interviewé doit pouvoir s'adapter aux différentes situations qui s'offrent à lui

### Préparer son intervention

Il s'agit de définir un angle dans les propos qui doivent être transmis par l'interviewé. L'interviewé doit préparer un discours clair, percutant en soignant les points clés. Il ne doit pas s'enfermer dans un tête-à-tête avec le journaliste et penser constamment à son auditoire.

### Maîtriser son trac et travail sur la posture

Il est tout à fait normal de ressentir du trac ou du stress (retard, rendez-vous suivant ...) avant d'être interviewé ou de prendre la parole en public. Sans les effacer (ils disparaîtront ultérieurement quand l'intervention sera commencée), il s'agira tout de même de contrôler ces facteurs et de s'en servir pour se recentrer, se détendre, répéter et donner ainsi le meilleur de soi-même. L'interviewé devra aussi maîtriser son tempo, sa voix, adapter le ton adéquat lors de l'entretien.

### Eviter les pièges de l'interview

Parfois tout ne se passe pas comme prévu : les phrases apprises par cœur ne collent pas avec l'interview du journaliste, vous bafouillez et pensez que tout est perdu ou encore les propos ont été déformés (demande de droit de réponse). Quelques conseils permettront de fluidifier le discours, se recentrer, « reprendre la main » lors de l'intervention.

### Etre acteur de la conférence de presse

Prendre la parole devant des journalistes, puis répondre à leurs questions à la volée, peut parfois s'avérer être un exercice délicat. Il s'agira ici d'appréhender l'événement et de rendre le moment agréable et constructif pour les différents acteurs présents.

**DUREE**

2 jours

**PUBLIC**

Toute personne amenée à prendre la parole dans les médias :  
Élus, candidats aux élections, dirigeants d'entreprises, personnalités publiques ...

**Pré REQUIS**

Aucun

**EVALUATION**

Auto-évaluation de positionnement par entretien ou questionnaire.  
Auto-évaluation des acquis de la formation par questionnaire amenant à une réflexion sur un plan d'actions.

**PEDAGOGIE**

Méthodes actives, expérimentations, simulations et jeux de rôle  
Slides, vidéos et studio mobile

**INTERVENANTS**

Selon le thème de la formation, CQFD sélectionne un pédagogue possédant une expérience significative, une maîtrise opérationnelle et un profil particulier : sophrologue, psychologue, neuropsychologue, ergonomiste, ergothérapeute, senior manager, chef de cuisine, gouvernante, journaliste, animateur, ex-policier, etc...

**TARIFS**

**En INTRA**  
2.300 € net à payer pour un groupe ≤2 stagiaires puis +50€ par stagiaire supplémentaire  
+ déplacement selon lieu  
Dates à convenir en commun

**En INTER**  
Voir notre calendrier pour le tarif et les dates des sessions

**Vidéo** de présentation

