

# BIEN COMMUNIQUER A DISTANCE

## formation 100% Distanciel

### **PARTICIPANTS**

Toute personne amenée à prendre la parole / à réaliser des présentations à distance (visioconférence...)

### **OBJECTIFS**

Briser la barrière de l'écran pour établir une relation humaine, conviviale et performante

- Affirmer une gestuelle adaptée, gérer regard et silences, jouer de l'utilisation de sa voix, maîtriser son stress
- Délivrer un message clair, concis et ciblé
- Déjouer les questions-piège et désamorcer les tentatives de déstabilisation

**Prérequis** : pas de prérequis

### **COMPÉTENCES TRAVAILLÉES**

Conviction et impact – Confiance en soi – Gestion du stress et des émotions

### **PROGRAMME (en 6 étapes)**

#### **ÉTAPE 1 : Classe à distance (3h)**

**Rester un bon communicant à travers les écrans : parler avec ses interlocuteurs à distance et non pas devant eux**

- Les 4 niveaux de communication
- Les 3 indicateurs de qualité d'une communication
- La méthode comportementale VISIO pour établir de véritables ponts de communication dans un cadre virtuel :
  - o Se mettre en mouvement, attirer et maintenir l'attention
  - o « Activer » chacun de ses interlocuteurs
  - o Emettre en Haute Définition :
  - o Renforcer son impact et sa conviction

Exercices pratiques adaptés au distanciel. Debrief, correctifs et conseils

#### **ÉTAPE 2 : Inter-session et entraînement personnel à distance**

Mise à disposition des participants de vidéos tutorielles réalisées par les formateurs – experts de Personnalité

#### **ÉTAPE 3 : Classe à distance (3h)**

##### **Adapter Son Discours Au Media**

- Rappel et réglages de l'utilisation de la méthode comportementale VISIO
- De l'importance d'un travail préalable sur « l'environnement numérique »: cadre, lumière, son, décors...
- Technique du « pitch Burger » pour une livraison express de l'information
- Argumentation tripode pour une structure facile d'accès et une trace mémorielle renforcée
- Accrocher dès les premières secondes → techniques journalistiques pour capter l'attention

*Exercices pratiques adaptés au distanciel. Debrief, correctifs et conseils*

## ÉTAPE 4 : Inter-session et entraînement personnel à distance

Mise à disposition par Personnalité et visionnage par les participants d'1 vidéo-webinar (30 minutes) : « Pitch it ! »

## ÉTAPE 5 : Classe à distance (3h)

### Interagir : Ecouter, Comprendre, Répondre

- Rappel et réglage de la méthode comportementale VISIO
- Qualité et quantité des échanges
- Biais de comportement poussant à un débat exclusivement compétitif.
- Typologie des comportements (à l'instar d'une réunion professionnelle) : les 7 nains
- Rôle du chef d'orchestre pour s'assurer du respect de l'échange et de l'expression de tous

*Exercices pratiques adaptés au distanciel. Debrief, correctifs et conseils*

## ÉTAPE 6 : Entraînement personnel à distance

Mise à disposition des participants de vidéos tutorielles

## SUPPORTS PEDAGOGIQUES

- Vidéo-webinar et vidéos tutorielles
- Fiches mémo numériques

## ORGANISATION & TARIF

Formation déployée en français et en anglais

Organisation des classes à distance et mise à disposition des supports pédagogiques à partir de la plateforme Learning Management System (LMS) de Personnalité.

6 participants maximum

Tarif inter - entreprises : 1.350€ HT

Tarif intra – entreprise, groupe ou individuel : nous consulter [info@personnalite.fr](mailto:info@personnalite.fr)

## DATES DES PROCHAINES SESSIONS EN INTER ENTREPRISES

### 2021 – 3 sessions

Lundi 18 janvier (9h30-12h30) +  
Mercredi 20 janvier (9h30-12h30) +  
Vendredi 22 janvier (9h30-12h30)

Lundi 22 mars (9h30-12h30) +  
Mercredi 24 mars (9h30-12h30) +  
Vendredi 26 mars (9h30-12h30)

Lundi 7 juin (9h30-12h30) +  
Mercredi 9 juin (9h30-12h30) +  
Vendredi 11 juin (9h30-12h30)