

# Prise de parole en public - En distanciel

PROMEO

Management - Développement Personnel

01/02/2025

## Public et prérequis

Tout public

Connaissance de base des techniques de communication orale  
Équipement : PC/Mac, tablette 7" minimum (smartphone déconseillé), casque / écouteurs fortement recommandés  
Windows 7/10 (recommandé), MacOS 10.11, ios 12.4 ou supérieur  
Navigateur internet : Google Chrome  
Connexion internet ADSL ou fibre (pour la visio-conférence 8 Mb/s ou supérieur)  
Résolution d'affichage : 1280 x 768 minimum  
Ouverture de ports TCP/UDP spécifiques (pour la visio-conférence)

## Les objectifs

Accrocher l'attention dès l'introduction  
Gagner en impact grâce à la communication verbale et non verbale  
Capter l'attention avec des formules de rhétoriques

## Les méthodes pédagogiques et d'encadrement

Encadrement pédagogique :  
La formation est animée par des formateurs experts, validés par nos équipes pédagogiques et disposant de 5 à 10 années d'expérience dans leur domaine de compétences  
Le parcours de formation s'organise en modules e-learning (7h) et en classes virtuelles (7h) comprenant des vidéos, des tests de compréhension, des exercices et des documents de réflexion  
Organisation pédagogique du parcours :  
Analyse des besoins et programme individualisé selon niveau  
Présentation du parcours, du calendrier, des jalons et des outils d'échanges (forum, chat)  
Modalités techniques de l'assistance :  
En début de formation : une séance dédiée à la mise en main de la plateforme Easi, avec rappel des pré-requis de l'environnement informatique  
Tout au long du parcours : hotline technique avec réponse dans un délai maximum d'un jour ouvré : [contact-easi@proméo-formation.fr](mailto:contact-easi@proméo-formation.fr)

RÉFÉRENCE  
**MGMT0021**

DURÉE DE LA FORMATION  
**2 jours / 14 heures**

ACCUEIL PSH  
**Formation ouverte aux personnes en situation de handicap. Moyens de compensation à étudier avec le référent handicap du centre concerné.**

## Les + Promeo

- 60 ans d'existence
- Une communauté de 3 100 alternantes
- 24 000 stagiaires formés par an
- 3 500 entreprises qui nous font confiance
- Un accompagnement personnalisé et un contact dédié
- L'expertise professionnelle de tous nos formateurs
- La diversité des diplômes sous accréditation par des partenaires de renom
- Une pédagogie active
- Des infrastructures technologiques et un environnement stimulant

## Validation et certification

Attestation de formation

## Outils pédagogiques

Études de cas vécus  
Training  
Rédaction de scénario

## Contenu de la formation

### Comprendre les émotions

Notions sur le fonctionnement du cerveau  
Origine et utilité des émotions  
Les émotions prennent parfois le pouvoir

### Réussir le premier contact

Projeter rapidement une première impression favorable  
Faire la différence à l'oral dès les premiers mots  
S'exprimer de façon concise en allant à l'essentiel

### Sortez de votre coquille !

Utiliser et dépasser l'ensemble de ses propres registres non-verbaux de communication en public

### Motiver et faire agir

Mettre en valeur et rassembler autour d'un projet, présenter une solution nouvelle  
Orienter son intervention et dépasser le stade d'intention pour aller vers une demande précise en termes d'action

### Partagez votre expertise !

Etre accessible aux non-spécialistes  
Faire passer une idée complexe de façon simple et compréhensible  
Garder son self control et projeter une image extérieure de maîtrise qui renforce la crédibilité

### Orchestrer une séquence de questions-réponses

Déclencher adroitement une séquence de questions - réponses  
Pratiquer des méthodes de communication privilégiant le maintien d'un climat relationnel agréable

### Communiquer face à l'agressivité

Résister à la déstabilisation en réunion (communication externe ou interne)  
Pratiquer des techniques de réponses gagnantes  
Marquer des points même dans un environnement tendu

## Modalité d'évaluation

L'évaluation des acquis est réalisée tout au long de la formation au travers :  
Des mises en situation  
Des quizz  
Des exercices