



VALORISER SON IMAGE PROFESSIONNELLE ET EN FAIRE UN ATOUT

Apprenez à valoriser et à évaluer votre image dans le milieu professionnel.



présentiel



à distance



PUBLIC

Tout professionnel libéral ou indépendant installé.



PRÉ-REQUIS

Cette formation ne nécessite aucun pré-requis.

Pour les sessions en VISIO, prévoir une connexion internet, stable, fluide et un PC ou un MAC équipé d'une webcam et d'un micro ouvert.



DURÉE

1 journée soit 7 heures.



MOYENS PÉDAGOGIQUES EN PRÉSENTIEL

Salle de formation adaptée et équipée en vidéoprojecteur, en tableau et en paperboard ainsi qu'un accès au Wifi.



MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

Méthode expositive et active.



MODALITÉS D'ÉVALUATION

Évaluation des acquis et évaluation de satisfaction des stagiaires à l'issue de la formation.



OBJECTIFS DE FORMATION :

À l'issue de la formation, le participant sera en mesure d'appréhender et d'acquérir les outils indispensables à la valorisation de son image professionnelle.



OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES :

1. Prendre conscience du rôle fondamental de l'image de soi dans la communication.

2. Apprendre à valoriser et maîtriser son image personnelle et professionnelle.



ÉLÉMENTS DE CONTENU :

1. Importance de l'image dans le vie personnelle et professionnelle :

- ▶ Rôle de l'apparence, impact de la 1ère impression,
- ▶ Prise de conscience du rôle fondamental de l'image dans la communication,
- ▶ Familiarisation avec la notion d'image et ses codes,
- ▶ Apprentissage des composantes élémentaires (couleurs, silhouettes, gestuelle),
- ▶ Les liens entre l'image, l'estime de soi et la confiance en soi.

2. Une image en cohérence avec l'environnement professionnel indispensable à une bonne communication :

- ▶ Faire de son image un atout maîtrisé,
- ▶ Adaptation de l'image aux attentes et exigences dans ses différents contextes,
- ▶ Etude de la colorimétrie : se révéler par les couleurs,
- ▶ Savoir adapter ses vêtements à sa morphologie et au contexte professionnel,
- ▶ Trouver son style.

Ces formations peuvent vous intéresser :



AFFIRMER SON LEADERSHIP EN ENTRETIENS ET RÉUNIONS EN VISIO



APPRÉHENDER SES ÉMOTIONS POUR MIEUX COMMUNIQUER

* cf nos conditions générales.

Dates, lieux et inscription : www.mplgrandouest.org.

Numéro de téléphone unique : 02 41 35 19 20 - contact@mplgrandouest.org

**JOURNÉE
PRISE EN
CHARGE ***