

**Durée :**

**2 jours (14 h.)**

**Les participants et leur pré-requis :**

Toute personne souhaitant s'affirmer dans ses relations professionnelles et communiquer avec impact.

**Notre intervenant :**

Consultante en communication par l'image. Coach conseil en image : master en communication

**L'organisation :**

**Lieu :** A déterminer Occitanie

**Dates :** à déterminer

**Horaires :** 08h30 17h00

**Coût par participant :**

**670 € HT  
(804 € TTC)**

**Renseignements et inscriptions :**

**Sabine ACCO**

**La communication par l'Image s'adresse aux hommes et aux femmes qui désirent mettre en cohérence personnalité et image de soi.**

**C'est un véritable travail sur l'estime de soi permettant de découvrir son image et les messages qui y sont attachés.**

**LES OBJECTIFS :**

- Développer la confiance en soi et facilité sn aisance.
- Renforcer ses capacités de contact, son impact, son rayonnement, son charisme et sa crédibilité.
- Mettre en valeur ses atouts personnels et exprimer sa véritable nature.

**NOTRE CHOIX PEDAGOGIQUE ET LES MODALITES D'EVALUATION:**

Repose sur une alternance d'apports théoriques et d'échanges. Un support de cours sera remis à chaque participant.

Evaluation qualitative et quantitative effectuée par les participants en fin de formation

**LE CONTENU DE LA FORMATION :**

■ **Apprendre à maîtriser son image pour une meilleure confiance**

- L'importance de l'image dans sa communication.
- Comment construit-on son image, quelle perception a-t-on de soi. quelle perception ont les autres de nous ?
- Les avantages à maîtriser son image.
- Couleurs et communication.
- Image personnelle : exigence professionnelle.
- Les codes en entreprise.

■ **Coaching et image**

- Une bonne image est porteuse de sens.
- Affirmer sa personnalité : se mettre en « scene » : moi, mon métier, ma fonction.
- Respecter et se respecter - savoir dire non.
- Verbal, non verbal : image de soi, voix, gestuelle...

■ **Bien communiquer**

- Aisance relationnelle et communication.
- Se présenter.
- Savoir être et savoir faire.
- Savoir écouter, questionner, reformuler.
- S'adapter à son interlocuteur.