

Objectifs :

- Connaître les fondements de son image
- Cerner son profil de personnalité et son mode de communication en contexte professionnel
- Distinguer le moi perçu du moi reçu
- Identifier les atouts de son image et les points de vigilance

Contenu :

Maîtriser son apparence visuelle

- Distinguer les perceptions individuelles, les stéréotypes culturels et les représentations sociales
- Apprendre à se centrer et à maîtriser sa posture et ses attitudes physiques
- Mettre en valeur ses atouts

Maîtriser sa communication professionnelle

- Appréhender les styles de communication dans les relations interpersonnelles
- Développer la cohérence entre verbal et non verbal
- Identifier ce que l'on peut et veut changer

Durée : 2 jours ou 1 jour + 1

Public et prérequis : Tout public - aucun prérequis

Tarif : Sur devis

Délai : Un délai de 4 semaines est nécessaire pour planifier et organiser la formation dans les meilleures conditions.

Pédagogie Quilotoa :

Issue des techniques théâtrales, active et pratique, elle vise à donner à chaque participant l'autonomie indispensable à toute progression durable. Des repères théoriques, transmis de manière interactive, complètent les exercices pratiques pour aider à l'appropriation.

Évaluation :

Évaluation permanente : au fil de l'eau lors des différentes mises en situation.

En fin de formation : sur un exercice de synthèse.

Après la formation : via un formulaire en ligne.

Personnes en situation de handicap :

Notre siège accueille des personnes à mobilité réduite.

Pour de plus amples renseignements, contactez notre référente handicap

n.barbey@quilotoagroup.com