Institut Régional de Formation des Allocations Familiales
67 avenue Jean Jaurès - 75019 PARIS CEDEX 19 - Tél. : 01 71 13 36 18
Siret : 381 050 996 00127 – APE 8559 A – N° déclaration d'activité : 11 75 48596 75

Optimiser son image et sa posture professionnelle

Description :

Pourquoi agir sur son image ? Parce que convaincre passe aussi par l'apparence et l'image que l'on donne de soi. Bien gérer son image permet d'augmenter sa visibilité, de convaincre ses interlocuteurs. Parce que nous sommes constamment exposés dans notre quotidien professionnel à des entretiens, rendez-vous, réunions d'équipes, prises de parole en public, le savoir paraître est une véritable compétence à acquérir ou à développer comme un élément de communication.

Objectifs :

- Comprendre l'importance de l'image pour renforcer sa confiance en soi
- Découvrir et bien utiliser les outils pour manager cette image
- Rendre visible ses savoirs
- Prendre conscience de sa façon d'agir

Programme :

- La communication visuelle
- Les enjeux de l'image professionnelle : le rôle de représentativité
- La représentation de soi
- L'importance du non-verbal : geste, posture, attitude, expression
- L'image personnelle et l'image de l'entreprise
- Les outils pour optimiser ses performances relationnelles
- Définition et présentation de la méthodologie de la pratique réflexive
- Analyse des situations professionnelles
- Transmission des savoirs
- Gestion des émotions dans sa pratique professionnelle

Méthode pédagogique :

- Apports théoriques et méthodologiques
- Cas pratiques

Modalités d'évaluation et de validation :

- **Evaluation de positionnement** : sous forme d'un questionnaire ou d'un tour de table avec le formateur pour valider les prérequis, pour évaluer les besoins individuels et pour déterminer le niveau de connaissances

- **Evaluation des acquis** : validation de la compréhension et de l'acquisition des connaissances sous forme de mises en situations, de réflexions collectives et d'utilisation d'outils de diagnostic
- **Evaluation à chaud :** à la fin de la formation, un bilan oral est effectué par le formateur et une évaluation écrite adressée aux stagiaires permettent d'apprécier la qualité de la prestation et de mesurer l'efficacité de l'action au regard des objectifs globaux
- **Evaluation à froid** : réalisée avec un outil interne Caf
- **Attestation de suivi** : Feuille de présence
- **Certificat de réalisation** mentionnant la nature, la durée de l'action est remis aux stagiaires à l'issue de la formation

Accessibilité :

Nous mettons tout en œuvre afin d'offrir aux personnes en situation de handicap des conditions optimales d'accès et d'apprentissage. N'hésitez pas à contacter Sandrine Decottignies référent handicap sandrine.decottignies@caf92.caf.fr - 01 87 02 85 05 directement pour lui signaler vos besoins spécifiques.

Public cible :
Tous publics
Pré-requis :
Aucun
Programmation :
Nous contacter Planification sur le site irfaf.fr
Catégorie :
Organisation et efficacité professionnelles
Lieu :
Irfaf

Tarif / Jour / stagiaire : 270 €
Modalités animation :
Présentiel
Formateur :
Prestataire externe
Effectif :
8 à 12 agents
Durée en jours :
2
Durée en heures :
14