

Programme de formation : **Miroir de soi**

Document en date du 30/09/2020

Module de formation préparant à la certification AFIPP inscrite au répertoire spécifique :  
**« Image et posture professionnelles »**

**Modules du parcours certifiant :**

**Miroir de soi** – Colorimétrie – Style et communication AFIPP – Morpho-style – Animer un atelier de conseil en image.

**Taux d'obtention des certifications préparées :** 100% en 2020

**Validation de blocs de compétences :**

Il est possible de valider des blocs de compétences et de ne repasser que ceux qui n'ont pas été validés afin d'obtenir la certification.

**Contact :**

Isabelle ROSIER - responsable de l'organisme EQUIP'UP : 06 74 59 81 25  
i.rosier@equipup.fr

**Description :**

Cette action de formation est destinée à des consultants en image, à des personnes travaillant dans l'accès à l'emploi, ou toute personne désirant animer des ateliers miroir au sein des entreprises ou dans des organisations.

Aborder le sujet de l'image de la personne est un sujet ultra-sensible. Ce module de formation donne les postures, la communication et les points de vigilance à tenir en situation d'animation d'atelier d'image de soi pour garantir son efficacité.

**Objectifs :**

- Mesurer l'adéquation de l'image professionnelle des participants en lien avec leur cadre de référence professionnel.
- Conduire une réflexion pour permettre l'ouverture du groupe au changement.
- Analyser les codes vestimentaires et posturaux en adéquation aux différents secteurs de l'entreprise.
- Développer son aisance à animer un atelier miroir en entreprise.

**Objectifs pédagogiques :**

*A la fin de la formation, les participants seront capables de :*

1. Poser un diagnostic « image professionnelle » personnalisé dans un groupe.

2. D'identifier et connaître les codes vestimentaires des différents secteurs de l'entreprise.
3. Construire son image en adéquation avec son secteur professionnel et ses qualités.
4. D'engager les participants vers l'action.

### Compétences visées :

- Poser un diagnostic d'image et identifier les écarts.
- S'adapter au public.
- Utiliser les techniques de communication permettant l'aisance et l'ouverture nécessaire à l'interaction du groupe.
- Elaborer le processus de changement en tenant compte du cadre de référence et professionnel des participants.
- Développer ses connaissances sur les codes vestimentaires et la sociologie professionnelle.

### Techniques pédagogiques :

- Apports théoriques en lien avec les pratiques
- Apports méthodologiques
- Exercices appliqués
- Entraînement

### Moyens pédagogiques :

- Approche par compétences.
- Apport théorique en lien avec les pratiques
- Mise en situation
- Débat
- Réflexivité
- Etude de cas et analyse de pratique
- Formation participative et interactive

### Moyens techniques :

- Une salle avec la lumière naturelle
- Ordinateur
- Vidéoprojecteur
- Catalogues
- Ciseaux
- Colle
- Feutres de couleur
- Feuilles A4

### Public concerné :

Cette action de formation est destinée à des consultants en image, à des personnes travaillant dans l'accès à l'emploi, ou toute personne désirant animer des ateliers miroir au sein des entreprises ou dans des organisations.

### Prérequis :

Aucun

**Groupe :**  
4 à 8 personnes

**Session en présentiel**

**Horaires des sessions :**  
9h00 – 12h30 / 14h -17h30

**Durée :**  
1 journée de 7heures

**Tarifs :**  
300€ HT soit 360€ TTC

**Dates :**  
02 février 2021

**Modalité de confirmation d'ouverture définitive :**  
4 inscriptions minimum pour ouvrir la session de formation

**Lieu :**  
Cocoon Space – 24 rue de Mogador, 75009 PARIS

**Délai d'accès :**  
Douze jours ouvrables sont nécessaires avant le début de la session.  
Une convocation est envoyée par mail une semaine avant le début de la formation.

**Accessibilité :**  
Nous accueillons tous types de handicap.  
Pour notre organisation, il est important de nous préciser **avant la contractualisation**, le type de handicap, afin d'adapter les locaux, les moyens et choisir les formateurs spécialisés. Merci de prendre contact directement avec l'organisme EQUIP'UP.

**Evaluation des acquis :**  
Questionnaire et/ou quizz en cours de formation et en fin de formation.  
Mises en situation

**Evaluation de la formation :**  
Evaluation pédagogique diagnostique à l'inscription de la formation  
Evaluation formative / acquisition de compétences, au fur et à mesure de la formation.  
Evaluation de l'action de formation à chaud, en fin de journée par un questionnaire  
Evaluation par questionnaire, de la mise en œuvre des compétences développées, à froid, environ 6 mois après la formation.

**Reconnaissance :**  
Remise d'un certificat de réalisation qui précise le niveau d'atteinte des objectifs de développement des compétences professionnelles.

**Formatrice et responsable pédagogique :**

**Isabelle ROSIER**, certifiée ICPF – CNEFOP : consultant-formateur, concepteur, facilitateur dans le domaine de l'image et de la posture.

Certifiée coach professionnelle – Master 1.

- 5700 heures d'animation de formation, dont 1800 heures de facilitation

## Programme détaillé Miroir de soi

### Matin :

#### 1. Poser un diagnostic « image professionnelle » personnalisé dans un groupe.

Expérimenter le jeu du miroir : image de soi, image perçue

Comprendre la perception d'autrui

Formaliser les objectifs d'image

Répertorier les points de vigilance dans cette phase d'animation.

Poser des questions reflexives.

Traiter les objections.

Mise en situation

### Après-midi :

#### 2. Identifier et connaître les codes vestimentaires des différents secteurs de l'entreprise.

Analyser les codes vestimentaires de différents secteurs d'activité.

Mettre en lien les codes vestimentaires et les messages non-verbaux en adéquation.

#### 3. Construire son image en adéquation avec son secteur professionnel et ses qualités.

Construire son plan de changement pour atteindre son objectif d'image.

#### 4. Comment engager les participants dans l'action

Apport de divers concepts et idées du groupe pour organiser l'action du changement.

Construire son plan d'actions personnel.

*Evaluation des acquis (questionnaire)*