Affirmer sa communication par une image et une posture professionnelle maitrisée

Non-certifiante | Formation continue

Réf. : 25190506F — Mise à jour : 3 décembre 2025

Organisme responsable : **KR CONSEIL**

Présentation de la formation

Objectifs

À l'issue de la formation, vous serez capable de maîtriser votre image professionnelle, d'adapter votre communication en fonction de vos cibles et contextes, et d'affirmer votre positionnement avec cohérence et confiance.

- Identifier les éléments clés de son image professionnelle et de sa posture.
- Adapter sa communication visuelle et verbale à ses cibles et contextes professionnels.
- Mettre en cohérence sa posture, son style vestimentaire et son discours pour affirmer son positionnement.
- Développer une image alignée avec ses messages et sa stratégie de communication.
- Gagner en présence et en confiance par une image maitrisée et adaptée à ses objectifs et sa relation client

Programme

1) Définir son image professionnelle

- Notions clés : image de soi, image perçue, identité visuelle
- Positionnement : valeurs, mission, message à transmettre
- Atelier introspectif : analyse de son image actuelle et de son impact

2) Les codes de l'image professionnelle

- Décryptage des codes vestimentaires en lien avec le milieu professionnel de l'apprenant
- L'impact de la couleur, des formes et des matières
- Analyse et création de sa propre planche de style professionnel

3) Travailler sa posture et son non-verbal

- Langage corporel, gestuelle, présence
- Éviter les dissonances : alignement verbal / non verbal
- Mises en situation filmées / feedbacks

4) Valoriser son image dans sa communication

- Supports : réseaux sociaux, vidéos, rendez-vous pros
- Créer sa signature visuelle : style, ton, charte personnelle (pour dirigeants)
- Adapter son image à l'image de marque/valeurs de l'entreprise (pour salariés)
- Atelier : pitch + image = impact ! (simulation professionnelle)

5) Plan d’action personnalisé

- Bilan individuel de la progression
- Élaboration d’une feuille de route concrète
- Feedbacks, engagements post-formation

Certifications préparées et métiers visés

Niveau d'entrée	Niveau de sortie
Aucun prérequis	**Sans niveau spécifique**

Dates et lieux de formation

N° session	Modalité	Lieu	Du	Au
2142448S	Présentiel	Saint-Nolff	01/12/2025	31/12/2026

Source : GREF Bretagne #25190506F