

# Adapter sa communication en fonction des profils

**Durée :** 7 heures

**Objectifs :** A l'issue de la formation, le stagiaire sera capable :

- connaître son style de communication et d'identifier celui de ses interlocuteurs
- d'adapter son image en fonction de ses enjeux
- d'ajouter à ses compétences de professionnel de la communication un outil pour faciliter la lecture de l'image et de la compréhension de soi et des autres

**Prérequis / niveau :** pas de pré-requis, cette formation s'adresse aussi bien aux femmes qu'aux hommes

**Public concerné :** Journalistes, chargés de communication, community managers

**Formation intra-entreprise ou interentreprises possible**

**Nombre minimum de stagiaires :** 1

---

## Programme détaillé

1 – L'impact de la communication et l'image perçue de soi et des autres

- Prendre conscience de l'impact de l'image dans sa relation à l'autre
- Définition des objectifs et des attentes de chacun des participants

2 – Valoriser ses qualités, son potentiel par le vecteur de l'image

- Lecture de l'image et de la compréhension relationnelle
- Connaissance de soi et des autres

3 - Mettre en adéquation son image avec son projet professionnel

- Inventaire de styles personnalisés (vêtement, couleurs, matières, accessoires, imprimés)
- Savoir adapter son style à son profil

4 - Bilan de la journée

- Plan d'action de chacun-chacune
- Evaluation et tour de table

## Bio du Formateur / de la formatrice



Coach en image certifiée d'état et diplômée de l'ESSEC. [Sophie Pain](#) accompagne les femmes et les hommes désireux de faire évoluer leur image pour répondre aux enjeux liés aux événements de la vie professionnelle (évolution de carrière, changement de poste, recherche d'emploi). Gérante de 13.7 Communication, elle forme les professionnels aux enjeux d'image de l'entreprise et fédère les équipes. Elle a exercé la fonction de Responsable communication en entreprise pendant plus de 15 ans et a accompagné des dirigeants et des équipes dans la valorisation de leur communication personnelle par l'image.

---