



## Aborder les questions d'hygiène, de présentation et d'image de soi en accompagnement socioprofessionnel

### Certification / attestation

Délivrance d'une attestation de fin de formation

### Public visé

Participant : Conseiller en insertion professionnelle, encadrant  
- groupe de 6 à 12 personnes  
Prérequis : aucun

### Durée

1 jour de formation, soit 7 heures  
Horaires : 9H00-12H30, 14H-17H30

### Dates et délai d'accès

INTRA : calendrier fixé lors de votre prise de contact

Le délai entre la demande du client et le début de la prestation est estimé à un mois minimum (selon délais OPCO)

### Lieu

INTRA : en présentiel, dans vos locaux ou en distanciel

### Accessibilité pour tous

Nous recommandons à tout participant en situation de handicap de nous signaler dès son inscription ses besoins spécifiques, pour l'accueillir dans les meilleures conditions.

Référent Handicap : J-F.Parelon : 01 48 78 82 20  
- [jf.parelon@ressourcesetcarrieres.com](mailto:jf.parelon@ressourcesetcarrieres.com) - [ressourcesetcarrieres.com/notre-politique-handicap/](http://ressourcesetcarrieres.com/notre-politique-handicap/)

### Tarifs

INTRA : 1500 € HT pour un groupe de 6 à 12 participants

Financements : Plan de développement des compétences- OPCO, AIF (France Travail), fonds propres.

Nous sommes certifiés **QUALIOPI**

### Contacts

François Bocquet - 06 12 21 72 84 - [f.bocquet@ressourcesetcarrieres.com](mailto:f.bocquet@ressourcesetcarrieres.com)  
Jean-François Parelon - 06 81 32 10 47 - [jf.parelon@ressourcesetcarrieres.com](mailto:jf.parelon@ressourcesetcarrieres.com)

Dans le cadre de l'accompagnement socio-professionnel, les conseillers sont parfois confrontés à des situations où les bénéficiaires présentent des problématiques d'hygiène, de présentation et d'image de soi, ce qui constitue un des obstacles à l'emploi. Ces accompagnants peuvent ressentir le besoin d'être mieux outillés pour aborder ces sujets avec confiance et assurer la pertinence de leur intervention.

### Compétences visées

Sensibiliser à l'hygiène la présentation et l'image de soi, avec bienveillance et assertivité, en s'appuyant sur des outils visant la prise de conscience et la recherche de solution

### Objectifs pédagogiques

- Comprendre la notion d'estime de soi, ses composantes, ses mécanismes
- Identifier les liens entre l'estime de soi, l'image de soi et la présentation physique
- Envisager les raisons possibles de la négligence du corps et de l'apparence
- Aborder les sujets sensibles avec bienveillance et assertivité
- Adapter les stratégies d'intervention en fonction des situations et des sujets

### Méthodes pédagogiques

Pédagogie participative basée sur des apports interactifs, l'échange d'expériences, des cas concrets analysés en intelligence collective, des mises en situation, des réflexions et des « livrables » sur des pratiques et postures optimisées

### Moyens pédagogiques

- Accès à un "espace apprenant" en ligne, mettant à disposition les supports, fiches memo, outils et documents d'approfondissement
- En présentiel : salle de formation équipée d'un ordinateur, d'un vidéoprojecteur, d'un paperboard
- En distanciel : ordinateur avec micro et enceinte, connexion Internet – Envoi d'un tuto pour suivre la formation à distance avec l'outil zoom, avec consignes pour valider le bon fonctionnement des connexions audio /vidéo et coordonnées de notre référent technique.

### Formateur

Formateur et psychologue du travail expert de la relation individuelle et collective, de l'accompagnement de publics sensibles, avec une connaissance approfondie du secteur de l'insertion-emploi, de ses acteurs et dispositifs.

### Prérequis techniques

Pour les formations en distanciel : disposer d'un outil numérique avec caméra / son et d'une connexion internet

### Modalités d'évaluation

- Évaluation préalable de cadrage
- Évaluation continue durant la formation (mises en situation)
- Évaluation des compétences acquises (quiz en début et en fin de formation)
- Évaluation qualité de l'action et évaluation différée à 6 mois

### Moyens d'encadrement

Assist. pédagogique et technique : M.Houillon [m.houillon@ressourcesetcarrieres.com](mailto:m.houillon@ressourcesetcarrieres.com)  
Référent handicap : J-F.Parelon [jf.parelon@ressourcesetcarrieres.com](mailto:jf.parelon@ressourcesetcarrieres.com)  
01 48 78 82 20 lun. à ven. (9h30-13h, 14h-17h30)

### Chiffres clés

Note moyenne de satisfaction des participants à cette formation en 2024 et 2025 : 17 / 20

## Programme Aborder les questions d'hygiène, de présentation et d'image de soi en accompagnement socioprofessionnel

### JOUR 1

#### Appréhender la construction de l'estime de soi, son lien avec l'aspect physique

Les 3 piliers de l'estime de soi : « amour de soi », « image de soi », « confiance en soi »

L'influence des autres et les « aliments » de l'estime de soi : nourriture affective et nourriture éducative

La construction de l'image de soi : de l'intégration des messages parentaux au « scénario de vie »

Le lien entre l'estime de soi, l'image de soi et l'aspect physique

*Partage des situations vécues dans sa pratique d'accompagnement. Identification des mécanismes de construction de l'estime de soi et des facteurs impactants chez les accompagnés.*

#### Cerner les sujets sensibles concernant la présentation physique, l'hygiène ...

La négligence corporelle : raisons possibles et pistes pour accompagner la prise de conscience

Le développement d'une image positive de soi et la valorisation de son image

*Travail sur les cas rapportés - Proposition de pistes d'intervention - jeu de séquences*

#### La légitimité du conseiller et la posture pour aborder ces sujets sensibles

Reposer le cadre de son intervention pour clarifier sa légitimité

Instaurer un climat de confiance en posture assertive

Prendre le temps d'une écoute attentive qui aide à libérer la parole

*Echange sur la légitimité l'accompagnant - Formulation de questions clés pour libérer la parole- Mises en situation*

#### Adapter les stratégies d'intervention en fonction des sujets et des situations

Aborder ces sujets en face-à-face : engager une communication empathique pour favoriser l'échange

Les traiter collectivement en ateliers de sensibilisation : les cas pertinents

Orienter vers les professionnels compétents si besoin pour une prise en charge

*Elaboration de process d'accompagnement et d'ateliers spécifiques - Partage de pratique - Mises en situation d'entretiens*