

## 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.  
Référént Handicap : J-F.Parelon : 01 48 78 82 20 – [jf.parelon@ressourcesetcarrieres.com](mailto:jf.parelon@ressourcesetcarrieres.com) – [ressourcesetcarrieres.com/notre-politique-handicap/](https://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)  
Référént 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*