



préparer ses entretiens d'embauche

Maîtriser les techniques de l'entretien d'embauche pour décrocher des propositions.

Si vous êtes convaincu que les candidats qui se voient offrir un poste sont, très souvent, ceux qui maîtrisent le mieux les techniques de l'entretien, vous saurez quoi répondre aux 30 questions les plus posées ainsi qu'aux questions pièges que redoutent tous les candidats.

De plus, en préparant un entretien, vous allez vous imprégner d'un certain nombre de données, ce qui vous aidera à faire passer votre message, vous sensibiliser à l'importance de la communication non verbale, savoir comment gérer sa gestuelle et être conscient de son non verbal en entretien.

OBJECTIFS

- ☞ Se présenter d'une manière positive et professionnelle à l'entretien d'embauche
- ☞ Valoriser ses compétences, connaissances et son savoir-être dans le cadre d'un échange d'information
- ☞ Se sensibiliser à l'importance de la communication non verbale (image de soi, gestuelle, tenue vestimentaire)
- ☞ Intégrer les spécificités du langage corporel
- ☞ Enrichir son langage corporel et le mettre au service de sa communication
- ☞ Comprendre comment le langage corporel transmet nos perceptions
- ☞ Mieux se connaître et développer la confiance en soi
- ☞ Apprendre les moyens de libérer les excès de stress et éviter le stress inutile
- ☞ Apprendre des techniques concrètes et pratiques, utilisables tous les jours, pour mobiliser son énergie
- ☞ Se détendre grâce à la de relaxation assise, statique ou en mouvement

PROGRAMME

Reconnaître les différentes phases d'un entretien d'embauche

Etre actif dans le cadre de l'entretien d'embauche (avant, pendant, après)

Savoir se préparer pour l'entretien :

- prise d'information sur l'employeur (la cible)
- préparation de réponses à des questions difficiles
- préparation de questions à poser en entretien

Etablir un dialogue lors de l'entretien

Savoir rassurer l'employeur

Valoriser son image personnelle et son parcours professionnel

Le décodage gestuel

- la posture du corps
- Les postures assises
- Les poignées de mains
- La gestuelle associée au discours
- Les gestes parasites
- Le visage
- Des regards qui en disent long

Le décodage des attitudes et expression les plus courantes

- Les attitudes défensives
- Les attitudes d'ennui ou d'indifférence
- Les attitudes de Frustration
- Les attitudes Nervosité ou d'incertitude
- Les attitudes de Confiance

Gérer le stress et faciliter la communication.

- Renforcer la résistance face au stress
- Impulser ou renforcer la pensée positive
- Avoir une image de soi positive
- Développer son imaginaire
- Technique de relaxation
- Jeux respiratoires
- Acquérir des réflexes de détente



PUBLIC

Préparation au licenciement,
Demandeurs d'emploi

PEDAGOGIE

Les techniques et outils utilisés sont issus essentiellement de la PNL, et de la sophrologie. Interaction entre théorie et pratique : travail sur la dynamique de groupe.

Méthodes variées (réflexives, actives et interrogatives) et techniques dynamiques et interactives : simulation, jeux de rôle, exercices, questionnaires d'intérêts

INTERVENANTS

Selon le thème de la formation, CQFD sélectionne un pédagogue possédant une expérience significative, une maîtrise opérationnelle et un profil particulier : commissaire aux comptes, sophrologue, médecin, chanteur d'opéra, senior manager, chef de cuisine, gouvernante, journaliste, animateur, policier, etc...

