

## Vivre son entretien d'embauche avec sérénité

**Durée**

10h30

**Référence :** VSES01**Tarif :** selon le programme défini – Nous consulter**Tarif groupe :** sur demande**Public**

Particuliers, Demandeurs d'emploi, salariés,

**Accessible aux personnes porteuses d'un handicap :** Nous mettons à votre disposition une organisation personnalisée et adaptée afin de suivre la formation dans les meilleures conditions. Nous contacter pour la mise en place de votre parcours au 07.52.66.59.15 ou par mail : [contact@lt2s.fr](mailto:contact@lt2s.fr)**Format**

Cours collectif

**Prérequis**

Aucun

**Evaluations :**

- Fiche d'auto-évaluation à remplir
- En cours de formation, par des retours sur les exercices et mise en situation
- Evaluation à chaud à la fin du parcours
- Attestation individuelle de fin de formation
- Evaluation à froid (3 mois après la fin de la formation)

**Formation certifiante**

Non

**Objectifs de la formation**

Être serein pour montrer sa motivation pour le poste

Prendre confiance en soi

Gérer son stress pour présenter ses compétences

Développer une posture active avant, pendant et après l'entretien

**Lieu :** En présentiel



## PROGRAMME

### PARTIE 1 : L'ENTRETIEN, CE N'EST PAS SI TERRIBLE

A quoi sert l'entretien  
Les attentes du recruteur  
L'enjeu de l'entretien  
Attention aux apparences  
Les situations déstabilisantes  
Les valeurs  
L'échec  
Les émotions  
La préparation à l'entretien

### PARTIE 2 : CONFIANCE ET GESTION DU STRESS

Définition et gestion du stress  
Les pensées négatives et l'échec vers une pensée positive  
La confiance en soi  
Des outils pratiques et reproductibles

### PARTIE 3 – NOS GESTES NOUS TRAHISSENT (COMMUNICATION NON VERBALE)

Le corps reflète ce qu'on pense  
La signification de nos gestes et ceux de nos interlocuteurs  
Exercices pratiques et simulations en groupe



## Informations complémentaires

### **Moyens pédagogiques et techniques :**

Cours théoriques et mise en situation à travers des exercices concrets et jeux de rôles.

Support de formation, documents à remplir, exercices.

Un quizz d'évaluation à la fin de la formation ainsi que des documents, des annexes remis par mail.

### Les + de la formation :

Formation dynamique à travers l'échange et l'expérimentation.

Suivi personnalisé 3 mois après la fin de la formation.

### **Formation proposée par :**

Gaëlle TEYSSIER – Consultante RH et formation, référente pédagogique, handicap et qualité.

Anne-Claire KUBALA – Sophrologue et formatrice

Pour tout renseignement sur nos formations ou modalités d'inscriptions,

Veuillez prendre contact au 07.52.66.5915 par téléphone

Ou par mail : [contact@lt2s.fr](mailto:contact@lt2s.fr)