



**AUDE ROY**, COACH, FORMATRICE ET CONFÉRENCIÈRE, EST DIRECTRICE DE L'ORGANISME DE FORMATION EN COMMUNICATION INTERPERSONNELLE LES CHEMINS DE LA COM, ET AUTEURE D'*Ayez le bon look, donnez une bonne image de vous* (INTERÉDITIONS). ELLE ANIME, POUR LE PÔLE CARRIÈRES DE SCIENCES PO ALUMNI, UN ATELIER LIÉ À « L'INNOVATION

RELATIONNELLE », UN SAVOIR-FAIRE INDISPENSABLE FACE AUX BOULEVERSEMENTS PROFONDS QUE CONNAÎT LE MARCHÉ DU TRAVAIL ACTUEL. ELLE LIVRE, AUX LECTEURS D'*ÉMILE*, QUELQUES CONSEILS POUR CONSTRUIRE UNE IMAGE QUI PARTICIPE À LA RÉUSSITE DES OBJECTIFS PROFESSIONNELS DE CHACUN.

**La nécessité croissante de soigner sa présence sur les réseaux sociaux reflète l'importance de l'image dans la vie professionnelle d'aujourd'hui.** La mobilité professionnelle sollicite aussi la façon de se présenter dans les circonstances informelles des réseaux et, de façon plus formelle, lors des entretiens : autant d'occasions de vous montrer sous votre meilleur jour et d'élaborer au quotidien votre stratégie de visibilité !

#### **FACE AU MIROIR : UNE IMAGE À VOTRE IMAGE**

Construisez, chaque matin, une image juste dans laquelle vous vous reconnaissez. Une image crédible par rapport à votre fonction.

Une image stratégique en relation avec les interlocuteurs que vous rencontrez et les objectifs que vous poursuivez et, enfin, une image confortable pour votre bien-être. L'image et les codes vestimentaires et esthétiques sont autant d'outils à votre service pour transmettre vos messages : les codes formels de certains secteurs professionnels nécessitent de structurer sa silhouette, de porter des couleurs neutres. Certains secteurs moins formels permettent, a contrario, de déstructurer son image, mais jusqu'où ?

Les codes dans les différents milieux professionnels, les différentes cultures, se multiplient. La cravate se fait plus rare, le tailleur

ne se porte plus, et « le diable se cache dans les détails » ! Connaître et appliquer tous ces codes permet de faciliter vos relations en toutes circonstances. Par exemple, choisir une photo pour illustrer votre profil sur les réseaux sociaux n'est pas sans conséquences sur votre réputation, connaître les éléments factuels qui feront de ce profil un ambassadeur valorisant pour vous est aussi un facteur de succès.

#### **HABILLEZ VOTRE PERSONNALITÉ**

Nous retenons davantage avec nos yeux qu'avec nos oreilles. Le sens de l'ouïe étant infiniment plus paresseux que la vue, 55 % de ce que vous mémorisez de vos interactions est visuel. Être attentif à son image, c'est donc comprendre que s'habiller, c'est habiller son être, sa personnalité tout entière et pas seulement son corps. C'est habiter ce costume social, professionnel, le faire sien et donner du sens à ses choix, chaque jour, devant le placard et le miroir.

#### **OBSERVEZ VOTRE INTERLOCUTEUR**

Cette grille de lecture des codes vestimentaires vous permet aussi de regarder avec attention votre entourage pour comprendre ce qui est important pour lui. Cela participe à votre réussite et vous permet de devenir un meilleur communicant en accordant plus d'attention aux personnes que vous rencontrez, en développant votre pertinence dans les relations humaines. Une paire de chaussures cirées, noires, lacées de couleur, patinées... La couleur est un langage largement utilisé par les publicitaires et les designers, il est donc crucial d'en faire une alliée pour atteindre vos objectifs. Une jupe, un pantalon, une coupe courte ou longue, un style classique ou décalé ? Autant d'informations sur le soin, le formalisme, l'originalité ou le sens de l'innovation de votre interlocuteur. La personne avec laquelle vous échangez, parle aussi d'elle-même avec son image. L'observer vous permet de mieux comprendre à qui vous avez affaire ! Au-delà des mots. ●

Aude Roy

