

PRÉPAREZ L'ORAL DE VOS CONCOURS DE FAÇON OPTIMALE

Vous êtes étudiant·e et vous vous reconnaissez dans l'une ou l'autre des phrases suivantes ?

“ J'ai besoin de rôder mon discours et de le tester. ”

“ J'ai peur que le trac ne me fasse perdre mes moyens. ”

“ Je ne me sens pas sûr·e de mon projet professionnel. ”

“ Je suis prêt·e dans ma tête mais je ne passe pas bien en public. ”

En classe préparatoire ou à l'université, vous voulez donner le meilleur de vous même lors des épreuves orales de vos concours, et pour cela vous avez besoin de :

- mieux vous connaître
- définir ou affiner votre **projet professionnel**
- prendre **confiance en vous** et savoir vous mettre en valeur
- acquérir un **argumentaire** et une posture convaincants

Avec quelques séances de coaching, je peux vous aider à :

- connaître, **vos forces et vos faiblesses**, savoir parler de vous honnêtement et positivement, être authentique et persuasif
- affiner et affirmer votre projet professionnel, construire un projet professionnel crédible et convaincant
- acquérir de la **confiance en vous** et gérer votre stress
- préparer concrètement vos entretiens avec des **séquences de simulation**

QUI SUIS-JE ?



Alice CHAMPAGNAC, coach professionnelle, secrétaire générale de l'École supérieure de musique Bourgogne-Franche-Comté, membre du jury des épreuves orales à la BSB, membre des jurys "blancs" de préparation aux épreuves orales du lycée Carnot (Dijon).

Je suis convaincue que chaque personne est riche d'une multitude de potentiels et j'aime aider à les faire émerger.

Je suis membre de la Fédération internationale de coaching ICF, et formée au coaching individuel et d'équipe par Agileom, centre de formation accrédité par ICF.

Modalités pratiques

Prévoir 1 à 5 séances de 1h à 2h, à définir ensemble selon vos besoins :

- avec 1 séance, confirmez vos ressources et vos repères ;
- avec 3 séances, confortez et mettez en lien l'ensemble des attendus de l'épreuve orale ;
- avec 5 séances, assurez votre confiance et travaillez en profondeur votre épreuve.

> *séances individuelles d'1h30* : 130€^{TTC}/séance, 105€ à partir de 3 séances.

> *séances de 2h en binôme* : 90€^{TTC}/séance et par personne, 75€ à partir de 3 séances.

Lieu : Dijon (*quartier République*).

Contact & informations complémentaires

06 22 52 81 63

alice.champagnac@deuxiememouvement.com

www.deuxiememouvement.com