

## 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€<sup>TTC</sup>/séance, 105€ à partir de 3 séances.

> *séances de 2h en binôme* : 90€<sup>TTC</sup>/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](mailto:alice.champagnac@deuxiememouvement.com)

[www.deuxiememouvement.com](http://www.deuxiememouvement.com)