



FORMATION

Développer son influence et sa visibilité professionnelles

Faire reconnaître son expertise et prendre sa place sans sacrifier la qualité des relations.

Une formation conçue pour les cadres dirigeants, cadres supérieurs et managers expérimentés qui souhaitent renforcer leur visibilité et leur influence sans adopter des postures qui ne leur correspondent pas.

PAR MAGALIE VERNET-HANOTAUX

À qui s'adresse cette formation ?

Vous êtes un professionnel expérimenté

Engagé, fiable, coopératif, attentif à la qualité des relations. Vous accordez de l'importance au collectif et évitez les rapports de force inutiles.

Cela peut vous conduire à...

- Minimiser votre contribution
- Vous effacer derrière le collectif
- Éviter de vous affirmer pour ne pas créer de tension
- Attendre que la qualité de votre travail soit spontanément reconnue
- Prendre moins de place dans les réunions ou les espaces de décision



Vous n'avez pas besoin de devenir plus dominant ou plus politique. L'enjeu est d'éviter que votre manière d'être vous conduise à vous effacer ou à laisser d'autres décider à votre place.

Objectif pédagogique

Cette formation développe trois dimensions complémentaires de votre positionnement professionnel.

Visibilité

Être identifié pour votre expertise, rendre votre contribution lisible et faire connaître la valeur que vous apportez.

Influence

Faire circuler vos idées, peser sur les décisions et mieux comprendre les jeux d'acteurs qui influencent les choix.

Leadership

Prendre votre place, porter une position claire, créer de l'adhésion sans adopter une posture dominante.

Ce que vous allez développer concrètement

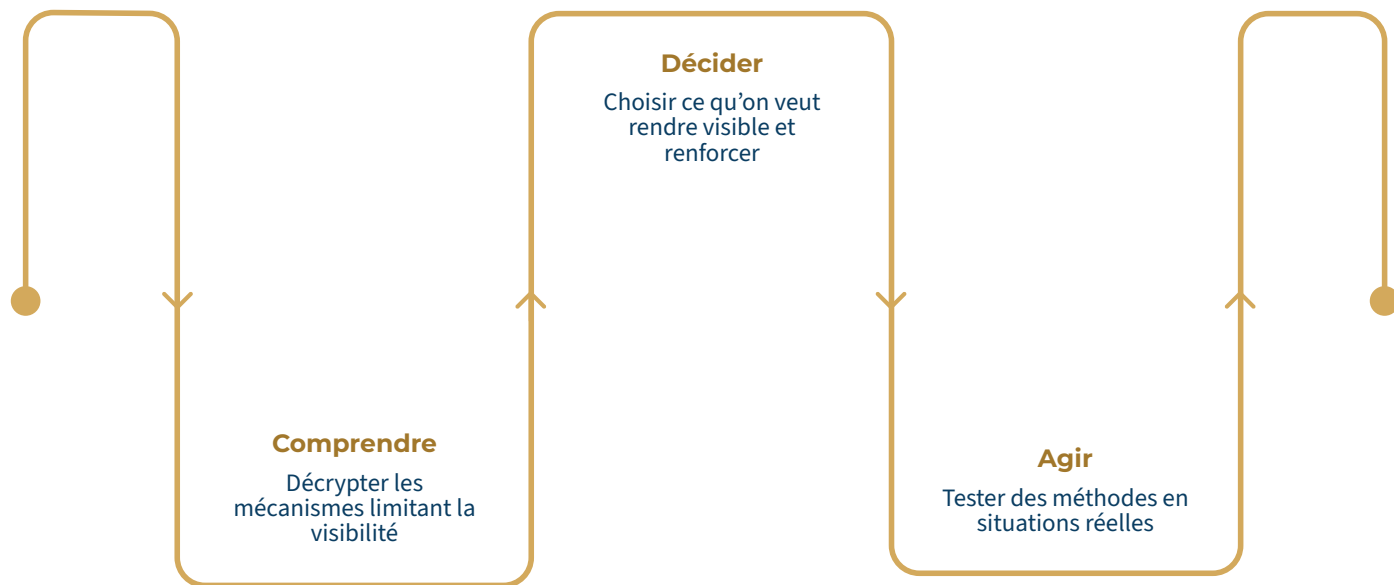
- Clarifier votre valeur ajoutée et la rendre facilement compréhensible
- Prendre la parole avec davantage d'impact sans minimiser votre contribution
- Mieux lire les jeux d'acteurs pour choisir où, quand et comment intervenir
- Développer un réseau interne solide qui soutient votre visibilité

Je développe mon influence et ma visibilité

Comment est construite la formation ?

La formation est constituée de **10 modules**, chacun articulant trois niveaux complémentaires.

1	2	3
L'Essentiel Un podcast de 10 à 15 min pour comprendre les notions fondamentales, une synthèse écrite et un support téléchargeable.	Mettre en pratique Des exercices reliés à votre environnement professionnel. Pour 7 modules, un podcast « Passage à l'action » de 5 à 10 min guide la mise en application.	Pour aller plus loin Approfondissements fondés sur des travaux en psychologie sociale, leadership et dynamiques organisationnelles. Études, méthodologies et lectures recommandées.



Résumé des 10 modules

COMPRENDRE & LÉGITIMER

1. Visibilité, influence, leadership : de quoi parle-t-on ?

Clarifier trois dimensions souvent confondues et identifier celles à renforcer.

DIAGNOSTIQUER

3. Les 6 freins qui vous maintiennent dans l'ombre

Excès de modestie, peur du jugement, syndrome de l'imposteur, dilution dans le collectif, croyance que communiquer revient à se mettre en avant, attente que le travail « parle de lui-même ».

COMPRENDRE & LÉGITIMER

2. La visibilité est une responsabilité professionnelle

Les quatre piliers : lisibilité, diffusion, crédibilité et accessibilité. Rendre votre contribution visible sans vous mettre artificiellement en avant.

STRUCTURER

4. Présentez-vous clairement en 5 étapes

Le canevas Mission × Projets × Indicateurs. Adapter votre présentation à 30 secondes, 1 minute ou 2 minutes selon l'interlocuteur.

OUTILLER

6. Sortir du syndrome de l'expert

Adapter votre langage à vos interlocuteurs. Traduire un sujet technique en enjeu stratégique sans appauvrir votre expertise.

STRUCTURER

5. Dites « je » sans effacer le « nous »

Assumer votre contribution personnelle tout en reconnaissant celle du collectif. Des formulations concrètes pour présenter votre contribution avec justesse.

OUTILLER

7. Prenez la parole en réunion avec impact

La méthode SOS (Situation, Options, Sinon) et la méthode 3C (Constat, Conséquence, Ce que je propose). Passer d'une posture réactive à une contribution proactive.

CONSOLIDER

8. Les coulisses de l'influence

Lire les jeux d'acteurs sans entrer dans des jeux de pouvoir. Les trois questions stratégiques avant une prise de parole importante. Utiliser le pré-cadrage et le post-réunion pour faire progresser une idée.

ANCRER

10. Ancrez votre visibilité et votre influence dans la durée

Construire une narration professionnelle cohérente. Les trois principes pour installer durablement votre visibilité. Des rituels simples pour suivre vos réalisations et entretenir votre réseau.

CONSOLIDER

9. Construisez un réseau interne qui parle de vous

Cartographier votre réseau. Distinguer alliés, neutres et détracteurs. Permettre à votre expertise de circuler même lorsque vous n'êtes pas présent.

Je démarre la formation

Durée et rythme de la formation

3h30

Contenu audio

17 podcasts courts pour comprendre les notions essentielles et vous guider dans leur mise en pratique.

~3h

Exercices

Passages à l'action à répartir selon votre rythme et les situations professionnelles rencontrées.

3 mois

Mise en pratique

Durée recommandée pour tester les outils dans différents contextes et installer de nouvelles habitudes.

Pour tirer pleinement parti de la formation

01

Écoutez ou lisez les contenus essentiels

03

Choisissez une situation réelle dans laquelle tester un nouvel outil

02

Réalisez les exercices proposés

04

Observez les effets et ajustez votre manière d'agir

La formation est conçue pour vous aider à **transformer progressivement votre manière de vous rendre visible, de prendre la parole et d'exercer votre influence.**

Choisissez la formule qui vous convient

FORMATION SEULE

87 €

- 10 modules de formation
- 17 podcasts — environ 3 h 30 d'écoute
- 10 guides et supports pratiques téléchargeables
- Exercices et mises en pratique
- Outils adaptés aux profils conciliants
- Approfondissements fondés sur des études et recherches

Pour avancer en autonomie et expérimenter les méthodes à votre rythme.

FORMATION + ACCOMPAGNEMENT

417 €

- Tout le contenu de la formation
- 3 séances individuelles de coaching de 1 h 30 en visioconférence
- Analyse personnalisée de votre situation
- Espace confidentiel pour identifier vos biais et angles morts
- Ajustement des méthodes à votre contexte
- Aide précise pour passer à l'action

Pour accélérer la mise en pratique et bénéficier d'un regard extérieur sur des situations réelles.

Je développe mon influence et ma visibilité professionnelles

Pourquoi j'ai créé cette formation

J'accompagne régulièrement des cadres dirigeants en coaching individuel. Et les mêmes situations reviennent : une expertise réelle mais peu reconnue, des prises de parole trop discrètes, des difficultés à valoriser sa contribution ou à trouver sa place dans des environnements où les équilibres relationnels comptent.

Peu d'approches sont réellement pensées pour les professionnels qui accordent une grande importance aux relations, au collectif et aux équilibres humains. J'ai conçu cette formation pour transmettre de manière structurée les repères, méthodes et outils que j'utilise le plus souvent dans mes accompagnements.

Formation seule

Pour acquérir les méthodes, analyser votre positionnement et progresser en autonomie.

Formation + accompagnement

Pour appliquer les méthodes à vos situations réelles, prendre du recul et vous engager concrètement dans le changement.

✓ Garantie Trajectoires Académie : Si, après les cinq premiers modules, vous ne parvenez pas à identifier comment appliquer les apports à votre situation, une séance individuelle de coaching de 60 minutes vous est offerte.

Des questions ? magalie@trajectoires-academie.fr

© 2026 Trajectoires Coach - Trajectoires Académie - Tous droits réservés