

Je raconte mon histoire...

Quels sont **les bons réflexes** pour verbaliser ce que je recherche et me créer des opportunités ? **Comment parler de moi** ? Quel est le fil rouge dans mon parcours et pourquoi ce poste ou ce projet a du sens pour moi aujourd'hui ?

Je dois connaître mon parcours professionnel



“ Je m'approprié mon histoire, je dois connaître mon parcours sur le bout des doigts ! Lors d'un entretien, j'évite de semer le doute dans l'esprit du recruteur, sur la véracité des informations que je donne. ”



> Pourquoi ?

- Pour mettre en valeur **mes expériences et mes compétences**
- Pour me mettre en valeur **par la clarté** de ma présentation
- Pour démontrer **la force de ma candidature** ou de mon projet
- Pour montrer que **je sais qui je suis** et ce que je souhaite
- **Pour exprimer ma motivation** en répondant à toutes les questions du recruteur sur mon parcours professionnel

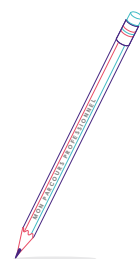
> Comment ?

Je trouve **une cohérence** entre tout ce que j'ai fais :

- Sur une feuille blanche, je représente de manière chronologique toute ma vie professionnelle en 5 colonnes :

ANNÉES	FORMATIONS	EXPÉRIENCES	COMPÉTENCES ACQUISES	RÉSULTATS ATTEINTS
--------	------------	-------------	----------------------	--------------------

- Je crée **des liens entre** mes expériences et mes formations.
- Je montre que **je suis acteur.trice de mon parcours** et que j'assume tous mes choix professionnels.
- Je sais quelles sont **mes formations et expériences les plus pertinentes** selon le poste visé. Je fais des liens entre mon parcours et le poste.



Je raconte mon histoire...

Je prépare ma présentation

Lors d'un entretien physique ou téléphonique, je donne une vision rapide et globale de mon parcours pour donner envie à mon interlocuteur de creuser par la suite, comme une bande annonce d'un film. Je dois savoir me présenter et présenter mon parcours synthétiquement.



“ Pour être à l'aise lors d'un entretien, je relis mes notes avant le rendez-vous, je n'hésite pas à m'entraîner avec un ami, une personne de ma famille ou seul devant un miroir ! ”

> Sur le fond

- Je présente rapidement **les principales étapes** de mon parcours professionnel et je détaille **2 ou 3 expériences** les plus en lien avec mon projet ou le poste que je vise...
- Je dois **garder des choses** à dire pour répondre aux questions de mon interlocuteur ou pour détailler une expérience. **Je ne dis pas tout, tout de suite !**
- Je dois **lui donner envie** de me poser des questions.
- Je n'apprends pas **par cœur** ! Je risque d'être troublé(e) par des interruptions, comme des questions de précision de mon interlocuteur...

> Sur la forme

- Je suis **court et synthétique**
- J'articule et je ne parle pas **trop rapidement**
- Je varie les intonations de ma voix pour ne pas **endormir mon interlocuteur**, comme un véritable acteur de cinéma
- Je regarde mon interlocuteur et **je souris**