

Thèmes et questions à se poser

Tout au long de votre parcours (formations, emplois, stages, entretiens,...) vous serez amené à vous présenter. Afin, de préparer au mieux cette présentation, il semble intéressant de répondre à quelques questions (ce qui est présenté n'est pas exhaustif);

Mes formations

- Quels sont les intitulés et objectifs de mes formations ?
- Quels sont mes diplômes ?
- Pourquoi j'ai choisi ces formations ? Dans quel but ?

Mon parcours

Professionnel

- Quelles sont mes expériences professionnelles ?
- Dans quel cadre je les ai effectués ? Pourquoi ?
- Quelles étaient mes missions ?
- Ce que j'ai retenu (ce que m'a plu ? Ce qui ne m'a pas plu ?
- Quel est le projet dont je suis le plus fier(e) ?
- Quelles sont les compétences que j'ai développées ?

Personnel

- Quelles sont mes activités de loisirs ? Pourquoi celles-ci ?
- Qu'est-ce que cela m'apporte ?
- Suis-je bénévole ? Pourquoi ?

Mon marché et mon projet

- Qu'est-ce que je sais sur mon marché ? (formation, expérience, croissance, ...)
- Quels sont mes atouts et mes faiblesses face à ce marché ?

Conseils pour se présenter

Le non-verbal

- Être détendu.
- Limiter ses « tics », mouvements involontaires.
- Regarder son interlocuteur.
- Avoir une tenue vestimentaire correcte et adéquate.

Le verbal

- Adapter son langage / vocabulaire.
- Éviter les « euuh ».
- Donner du sens à ses phrases.
- Avoir « un bon débit » de paroles (ne pas parler trop vite).

Le carré magique

Cet outil, permet de faire un travail sur soi en illustrant ce que l'on souhaite montrer de son parcours, de ses compétences,...

Nom Prénom

Année

PROJET PROFESSIONNEL

MÉTIER

FORMATIONS

PARCOURS

COMPÉTENCES

MOTIVATIONS

M
A
D
E
V
I
S
E

