



# SE DÉCRIRE EN TRENTE SECONDES

COMMENT RÉUSSIR DES ENTRETIENS ET UN TRAVAIL EN RÉSEAU

## QU'EST-CE QU'UNE PRÉSENTATION DE VOUS EN TRENTE SECONDES ?

Une présentation de vous en trente secondes est un moyen simple de fournir à quelqu'un une connaissance équilibrée de qui vous êtes. Cela pique l'intérêt de la personne qui vous écoute. Elle vous demande de lui en dire un peu plus sur vous-même, ce qui fournit une réponse brève et convaincante à la question : « Pourquoi devrais-je vous embaucher ? »

## QUE DOIS-JE INCLURE ?

Si elle est bien formulée, votre présentation de vous en trente secondes comporte :

- Une brève présentation de vous-même avec vos objectifs de carrière ou le genre de poste que vous désirez.
- Trois ou quatre choses précises que vous avez accomplies qui prouvent que vous répondez aux exigences de ce poste ou les dépassez.
- Quelques traits de caractère ou capacités d'adaptation qui vous démarquent des candidats habituels.

Lorsque vous travaillez en réseau, terminez votre présentation de vous en trente secondes par des questions poussées dont la réponse ne peut pas être « oui » ou « non » pour commencer une conversation qui pourra aboutir à des références ou des offres d'emploi. Par exemple :

*Parmi vos relations, QUI travaille en \_\_\_\_\_ ?*

*QUELLES entreprises de la région font \_\_\_\_\_ ?*

*Dans vos relations QUELLES sont les personnes qui connaissent beaucoup de gens ?*

## D'AUTRES POINTS À ENVISAGER

- Veillez à ce que votre présentation de vous en trente secondes reste courte. En général, les gens n'écoutent vraiment que trente à soixante secondes et ils apprécient des réponses concises à leurs questions. Cela indique que vous êtes bien concentré et allez droit au but.
- Parlez au présent pour montrer que vos capacités sont actuelles et utilisables sur le marché d'aujourd'hui.
- Ayez votre auditoire à l'esprit. Adaptez le niveau des détails et du jargon professionnel que vous utilisez à l'intérêt et à l'expérience de votre interlocuteur.
- Évitez les déclarations banales telles que : « Je suis fiable, loyal, serviable, courtois, aimable, etc. » Ces déclarations sont non seulement faites par la plupart des demandeurs d'emploi mais, sans exemple précis, elles ne font pas connaître votre valeur à un employeur potentiel.
- Rendez votre présentation de vous en trente secondes naturelle. C'est une forme de communication franche qui vous aide à organiser tout ce que vous êtes en idées courtes et cohérentes.

« C'est des petites choses que sort ce qui est grand. »

DOCTRINE ET ALLIANCES 64:33



SERVICES D'AIDE  
À L'EMPLOI SDJ  
EMPLOI • ÉTUDES • TRAVAIL À SON COMPTE

## EXEMPLES DE PRÉSENTATIONS

Exemple de présentation de vous en trente secondes pour le travail en réseau :

« Je m'appelle Raoul Pattersin et je suis actuellement à la recherche d'un emploi dans les services à la jeunesse. J'ai dix ans d'expérience dans des organismes pour la jeunesse. J'ai une licence d'encadrement des activités de plein air. Je lève des fonds, forme des dirigeants et organise des équipes. J'ai collecté plus de quatre-vingt mille euros au cours de chacune des six dernières années. Je me considère comme un bon orateur et j'ai un bon sens de l'humour.

« Parmi vos relations, qui travaille avec la jeunesse ?

« Je m'appelle Lucas Martin et j'aime rencontrer de nouvelles personnes et trouver des moyens de les aider à avoir une expérience édifiante. J'ai eu diverses occasions de service à la clientèle, à travers lesquelles j'ai pu réduire le nombre de produits rendus et augmenter la clientèle fidélisée, par rapport à mes collègues. Je suis dévoué, extraverti et j'ai l'esprit d'équipe. À qui pourrais-je parler dans votre service clientèle des besoins de ce service aux clients dans votre entreprise ?

Exemple de présentation de vous en trente secondes pour un entretien :

« Les gens trouvent que je suis un collègue optimiste et motivé qui a d'excellentes qualités de communication. Au cours des quelques dernières années j'ai travaillé à la recherche de marchés, en télémarketing et au service client dans le domaine de la technologie. J'ai notamment eu l'expérience d'appeler des personnes à des postes de directeur de département technologique et de lancer des actions qui ont abouti à des ouvertures de créneaux. J'ai réussi à garder un volume constant d'appels et de travail et ai régulièrement été parmi les dix pour cents de meilleurs vendeurs, et je peux faire la même chose pour votre entreprise. »

« Je suis dévoué et j'ai quatre enfants. J'aime lire, et les connaissances et la vision que me donnent mes lectures améliorent mes talents pédagogiques et mes capacités de parler en public. J'ai bien réussi l'éducation de mes enfants et j'attribue cette réussite à ma capacité de planifier et d'organiser mon temps et de faire simultanément beaucoup de tâches différentes. Cette souplesse m'aidera devant une classe où il y a beaucoup de personnalités et de manières d'apprendre différentes. »



### SERVICES D'AIDE À L'EMPLOI SDJ

Le Stage de recherche d'emploi, auquel vous pouvez avoir accès dans un centre d'aide à l'emploi SDJ ou par l'intermédiaire du spécialiste de l'emploi de votre lieu, vous préparera à mettre au point une excellente présentation de vous en trente secondes.

*« En utilisant la présentation de moi en trente secondes, je me suis senti à l'aise pour répondre aux questions que le chef de service avait sur moi. »*

Johannesburg (Afrique du Sud)

*« La partie la plus utile de ce que m'a appris le Stage de recherche d'emploi a été de pouvoir me présenter en trente secondes avec assurance. Je n'ai aucun doute que la formation et l'assurance que j'ai acquises au stage m'ont permis d'obtenir un emploi. »*

Hyderabad (Inde)