

## E01 / Chercher un emploi

## E02 / Se faire embaucher

### Garder confiance en soi suite à un licenciement

Liliane Clavel Pardo - Coach du changement, gestion de carrière - La Fée du Changement

Perdre son emploi suite à un **licenciement** peut s'apparenter au traumatisme que les gens ressentent quand ils divorcent. En France, perdre son emploi, c'est une menace mais, aux Etats-Unis, c'est une opportunité ; c'est une perception aussi.

### Rebondir après un échec

Philippe Pecorilla - Coach professionnel - Partenaire Performance

Je considère qu'il n'y a pas d'**échec**, il n'y a que des expériences et des occasions d'apprendre. J'inviterais les gens à regarder les grandes réussites actuelles ou du passé, elles sont souvent jalonnées d'une multitude d'échecs. Dans un parcours professionnel, autorisons-nous à échouer.

### Envisager sa reconversion professionnelle

Françoise Delcroix - Consultant en accompagnement à la mobilité - FDCS Conseil

La **reconversion professionnelle**, c'est une démarche qui est à l'initiative du salarié ou du demandeur d'emploi, à un moment donné de sa vie, parce qu'il souhaite se positionner sur un nouveau métier en cours de carrière.

La première des causes, c'est qu'on se rend compte à un moment donné de sa vie, qu'on n'est pas bien dans son métier.

### Développer la confiance en soi

Isabelle Depez - Speaker & Coach - SARL Isabelle Depez Conseil & Formation

La **confiance en soi**, c'est se sentir capable, crédible quand on souhaite réaliser un projet, une action bien spécifique, à l'inverse de l'estime de soi qui est se sentir valable.

### Réussir à s'auto-motiver

Isabelle Depez - Speaker & Coach - SARL Isabelle Depez Conseil & Formation

L'**auto-motivation**, c'est la capacité à bien se connaître, avoir un projet, une intention claire, avoir identifié son carburant, son moteur et la manière dont on va régénérer son énergie.

### S'inscrire à Pôle Emploi : comprendre ses droits et devoirs

Fydia Moussa - Consultante en Transition Professionnelle - Altedia Lee Hecht Harrison

**Pôle Emploi** a une double mission :

- dans un premier temps, indemniser les demandeurs d'emploi ;
- faciliter leur retour à l'emploi sur le marché du travail. Cette mission passe par différentes prestations qui sont proposées :
  - assurer une nouvelle formation
  - possibilité de participer à des ateliers à thème
  - possibilité de rencontrer des professionnels
  - bénéficier d'un bilan de compétences

### Se faire accompagner par un coach emploi

Françoise Delcroix - Consultant en accompagnement à la mobilité - FDCS Conseil

La mission essentielle d'un **coach emploi**, c'est rompre l'isolement. C'est aussi d'accompagner à une prise de conscience. Le public le plus souvent, ce sont des salariés mais ça arrive aussi que ce soient des demandeurs d'emploi.

### Etre accompagné par un cabinet d'outplacement

Elsa Ravouna - Consultante spécialisée en Outplacement - Altedia Lee Hecht Harrison

Dans quelles situations interviennent les cabinets d'**outplacement** ?

Il y a 2 situations :

- la première lorsque vous avez un PSE (Plan de Sauvegarde de l'Emploi) ou un PDV (plan de Départ Volontaire). On est sur une vague de licenciements plutôt collectifs où l'organisme va mettre en place tout un dispositif d'outplacement.
- on a également le cas où, dans le cadre d'un licenciement individuel, on mandate un cabinet d'outplacement.

[Réaliser un bilan de compétences : pourquoi et comment ?](#)

Aline Marie-Baudart - Consultant en orientation de carrière - Compétences et Métiers

Le cadre légal pour faire un **bilan de compétences**.

Conditions d'admission pour le salarié :

- pour les CDI : 5 années d'expérience salariée et être depuis un minimum d'un an dans l'entreprise ;
- pour les CDD : 5 années d'expérience professionnelle ; au moins 24 mois d'activité, en continu ou discontinu ; sur les 12 derniers mois au moins 4 mois en CDD.

[La Validation des Acquis de l'Expérience \(VAE\) dans le cadre d'un projet de création d'entreprise](#)

Emilie Grégoire - Consultante en gestion de carrière - Iter Agir

La Validation des Acquis de l'Expérience (VAE) est un droit inscrit dans le Code du Travail et de l'Education. Toute personne engagée dans la vie active est en droit de faire valider les acquis de son expérience, notamment professionnelle, en vue de l'acquisition d'un diplôme, d'un titre à finalité professionnelle ou d'un certificat de **qualification**.

[Obtenir une Validation des Acquis de l'Expérience \(VAE\)](#)

Aline Marie-Baudart - Consultant en orientation de carrière - Compétences et Métiers

**La Validation des Acquis de l'Expérience (VAE)** est un dispositif, un moyen d'acquérir un diplôme, un certificat.

Le cadre légal :

- disposer de 3 années d'expérience professionnelle avérée ;
- de manière salarié, non salariée, bénévole ;
- en rapport direct avec le diplôme ou certificat visé.

[Utiliser ses droits à DIF et au CPF](#)

Michel Fourmy - Management du Capital Humain - Michel Fourmy Conseil

**Le CPF (Compte Personnel de Formation)** est un compte que chaque salarié détient et qu'il peut utiliser selon sa propre volonté. Ce qui change par rapport au DIF (Droit Individuel à la Formation), c'est qu'il y avait besoin de l'accord et de l'autorisation de principe de l'employeur pour utiliser son Droit Individuel à la Formation. Le CPF est un compte que l'on peut utiliser comme on le souhaite.

[Rédiger un CV vendeur](#)

Sylvia Obadia - Coach et formatrice - SPR Coaching

**Le CV** participe à établir la communication entre un candidat et le recruteur, il constitue un outil de communication qui contribue à obtenir un entretien. Le soin apporté au document qui manifeste le respect porté à autrui, le recruteur, au niveau de la mise en page, de l'orthographe.

[Muscler son CV et faire reconnaître sa valeur professionnelle](#)

Justine Martinez - Consultante en conseil RH et Transition Professionnelle - Altedia Lee Hecht Harrison

La **valeur professionnelle** s'apprécie par la singularité d'un parcours et d'une personnalité, c'est ce qu'on appelle les critères différenciants :

- l'expérience professionnelle,
- la spécialité, l'expertise,
- les réalisations significatives,
- la formation,
- les aptitudes,
- la personnalité.

[Utiliser Internet pour se faire recruter](#)

Pascal Kufel - Consultant Ressources Humaines

Dans l'utilisation de l'outil internet, il est important d'avoir une carte de visite.

La première qui va vous précéder dans votre candidature, ce sera votre adresse e-mail. Il est très intéressant d'avoir une adresse e-mail professionnelle.

Le deuxième outil indispensable, ce sera d'avoir une **photographie professionnelle**.

#### [Répondre aux offres d'emploi par courrier ou par mail](#)

Sophie Crosnier - Consultante en Transition Professionnelle - Altedia Lee Hecht Harrison

Si on envoie une réponse à une **offre par courrier**, ça ne constitue-t-il pas un handicap pour le candidat ?

La candidature a peu de chances d'être traitée ou elle n'est pas traitée du tout. En revanche, plus le profil est qualifié, plus on s'attend à un envoi de candidature au format électronique.

#### [Ce qui ne plaît pas aux recruteurs](#)

Alain Leblay - Expert du dialogue social et membre de l'ANDRH

La façon dont vous allez **envoyer votre CV** va être en partie déterminante des potentialités que vous aurez d'être reçu par le recruteur. Lorsque vous êtes reçu par un recruteur, c'est au terme d'un long processus, vous faites partie de ceux qui sont reçus.

#### [Décrypter les CV des candidats](#)

Arnaud de Clerck et Emilie Rivet - Consultants Carrière et Recrutement - CDRH

**Les recruteurs** reçoivent beaucoup de CV, tant sous forme papier que numérique, quel est celui qui leur convient le mieux ?

Le numérique ! On brasse des centaines de CV par semaine, on n'imprime que ce qui est nécessaire. Ce qui va nous frapper, c'est la présentation visuelle, la cohérence, le look du CV. Après, on va regarder l'expérience, et puis, ensuite, on va regarder si la formation correspond aux prérequis pour le poste.

#### [Se présenter en vidéo](#)

Rachida Oubejja - Consultante en Transition Professionnelle - Altedia Lee Hecht Harrison

La **présentation vidéo** consiste à se filmer, à parler de soi, se montrer avant l'entretien et se faire voir auprès des recruteurs. C'est un moyen d'exposer ses compétences de manière originale, innovante et concrète. Il permet au candidat de se démarquer en laissant parler sa créativité, son dynamisme, nous faire part de ses passions et ses ambitions. C'est ce qui fait la différence auprès des recruteurs.

#### [Répondre rapidement aux offres d'emploi](#)

Elodie Llavé - Consultante en Transition Professionnelle - Altedia Lee Hecht Harrison

Le fait pour un **candidat** d'être le premier ou parmi les premiers à envoyer sa candidature constitue-t-il un avantage ?

Oui, c'est indéniable, que l'entreprise recrute en direct ou qu'elle passe par un cabinet de recrutement. Le temps est précieux et les premières candidatures reçues sont les premières candidatures traitées.

#### [Recruter grâce à LinkedIn](#)

Joëlle Walraevens - Formateur Auteur Conférencier, Spécialiste LinkedIn - HUBICC

**LinkedIn**, c'est plus de 400 millions de membres inscrits, qui compte 200 millions de CV qui sont enregistrés. Il se positionne comme le numéro un des réseaux sociaux professionnels sur le marché. C'est devenu une véritable référence, tant côté recrutement que côté business.

#### [L'identité numérique, l'e-réputation et le personal branding](#)

Elodie Hennion - Responsable Partenariats - VIADEO

**L'identité numérique**, c'est l'ensemble des traces qu'un individu ou une entreprise va laisser sur internet de façon volontaire ou non.

La e-réputation, c'est l'idée qui se dégagera de toutes ces traces, la perception qu'on aura.

Le personal branding, c'est une idée forte qui dit qu'un individu a tout intérêt de gérer son identité numérique comme une entreprise le fait avec sa marque.

### [Soigner votre e-réputation sur les réseaux sociaux](#)

Hubert Mezin - Consultant RH et chasseur de tête - Morgan Mckinley

Pour soigner une **e-réputation**, il faut être présent sur internet, il faut être aussi très réaliste. Faire attention à ce que l'on met sur internet, il ne faut pas non plus jouer à un jeu sur internet. Il est important d'être vrai sur internet et ne pas avoir cette phobie globale de tout cacher.

### [Démarcher les cabinets de recrutement](#)

Hubert Mezin - Consultant RH et chasseur de tête - Morgan Mckinley

Comment identifier ces cabinets qui sont intéressés par mon profil ?

D'abord se renseigner sur la spécificité du cabinet, trouver des informations, essayer de les rencontrer.

### [Démarcher les agences d'intérim](#)

Sophie Crosnier - Consultante en Transition Professionnelle - Altedia Lee Hecht Harrison

Consultez le site de l'**agence d'intérim**, de façon à pouvoir consulter les offres qui y sont publiées et ainsi voir si elles correspondent aux métiers recherchés et à leurs compétences. Dans un deuxième temps, il y a 2 actions complémentaires à mener : déposer son CV en ligne, répondre aux offres.

### [Savoir vendre ses compétences](#)

Alain Leblay - Expert du dialogue social et membre de l'ANDRH

Pour bien connaître ses **compétences**, encore faut-il savoir ce que demande l'employeur. Vous avez quelque chose à vendre, des compétences, et, en face, l'employeur a quelque chose à acheter.

### [Comprendre l'importance des savoir-être professionnels](#)

Liliane Clavel Pardo - Coach du changement, gestion de carrière - La Fée du Changement

Le **savoir-être**, c'est notre capacité à nous adapter sur un nouveau travail, un nouveau projet. Ce sont toutes les qualités qui sont en nous et qui nous permettent de nous adapter professionnellement. Pour un recruteur, il va se positionner sur le savoir-faire, le savoir mais ce qui va être déterminant, c'est le savoir-être.

### [Réussir à décrocher un entretien d'embauche par téléphone](#)

Agnès Bertin - Expert en Développement commercial des PME - AB Dircom, réseau Proactive

**Faut-il appeler** et quand ?

C'est une bonne idée, ça permet de montrer et de confirmer son intérêt pour le poste et pour l'entreprise, généralement une dizaine de jours après avoir envoyé son CV. C'est un bon moyen de montrer sa motivation, de se démarquer aussi.

### [Se présenter à son futur employeur durant un entretien d'embauche](#)

Nathalie Vogelsinger-Martinez - Formatrice en communication et coach de carrière - Parler de soi

**Savoir se présenter** oralement est aujourd'hui incontournable. Se présenter oralement est un exercice extrêmement complexe qui doit répondre à un certain nombre d'objectifs et qui est une réelle compétence. Il faut préparer, il faut s'entraîner.

### [Apprendre à répondre aux questions pièges des recruteurs](#)

Nathalie Vogelsinger-Martinez - Formatrice en communication et coach de carrière - Parler de soi

Une **question piège**, de façon générale, c'est une question à laquelle on ne s'attend pas. Toute question peut être une question piège à partir du moment où on ne l'a pas préparée.

### [Les codes vestimentaires en milieu professionnel](#)

Estelle Waniowski-Daniel - Consultante en image - Glamour Studio

S'il y a un domaine où savoir donner une **bonne image de soi** est essentiel, c'est le domaine du monde professionnel. On va vous juger sur votre apparence parce que votre image, c'est votre premier outil de communication. Lors d'un entretien d'embauche, 82% du choix d'un candidat va dépendre de son apparence.

### [Savoir se présenter en 30 secondes](#)

[Coralie Beguey Cissé - Consultant et formateur en management durable - Formation 37](#)

Dans quel cadre avons-nous besoin de **se présenter en 30 secondes** ?

On s'en sert tous les jours, puisqu'on est toujours des commerciaux de nos activités, on a toujours besoin de se faire connaître, personnellement mais aussi professionnellement. Les 30 premières secondes, c'est la première impression que l'on va avoir.

### [Savoir défendre sa candidature](#)

[Sylvia Obadia - Coach et formatrice - SPR Coaching](#)

Un candidat engagé dans un **processus de recrutement** est amené à défendre sa candidature à toutes les étapes du processus. Jusqu'à la décision finale.

### [03. Considérez l'échec comme une expérience !](#)

[Maïté Debeuref - Spécialiste en entrepreneuriat féminin - EntrepreneurE.fr](#)

Je crois qu'il faut oser se jeter à l'eau, il faut oser ne pas avoir peur de l'échec, l'échec est inhérent à la **réussite**. Ce n'est pas grave, ça fait partie de l'expérience, ça fait partie de la réussite.

**Accédez à la vidéo [L'essentiel de "Chercher un emploi" et "Se faire embaucher" // 15:03](#)**